



ALCATEIA TREKKING

Serra da Canastra

São Roque - Minas Gerais





Dificuldade física:
Fácil
Crianças e iniciantes
podem fazer esse roteiro.

Distância total:
1º dia: 3KM
2º dia: 4KM
3º dia: 2km





Dia 1(03/04): Complexo Capão Fôrro

- Entrada nos quartos e café da manhã na pousada;
- Pela manhã, vamos explorar trilhas fáceis e curtas que nos levam a quedas d'água e poços no Complexo Capão do Fôrro.
- À tarde, iremos conhecer fazendas e queijarias da região, com direito a degustação.

**Levem lanches para comer durante a trilha nas cachoeiras.
Noite livre para curtir a cidade**

Dia 2 (04/04): Passeio de 4x4

- Para chegar à Cachoeira do Fundão, caminharemos cerca de 4km (ida e volta) por uma trilha fácil/moderada, com direito a um poço gigante perfeito para banho e até a chance de chegar atrás da queda d'água, uma experiência única!
- Será um dia inteiro de atrativos, paisagens de tirar o fôlego e muita emoção no passeio de 4x4. No fim da tarde, retornaremos à pousada para descansar.

Atrativos:

- Nascente do Rio São Francisco;
- Cachoeira do Fundão;
- Passeio incrível de jeep pelas serras;

Dia 3 (05/04): Casca D'Anta

- No último dia, vamos na imponente Cachoeira Casca D'Anta, a primeira queda do Rio São Francisco. São impressionantes 186 metros de queda livre.**
- A trilha até a cachoeira é curta e fácil, e ao nos aproximarmos do poço, sentimos a força da queda d'água.**
- Iremos também nos poços verdes e depois almojanta por volta das 14:30.**
- Previsão de chegarmos as 23:00 em BH**



ALCATEIA TREKKING

Informações Adicionais

Estaremos em São Roque, uma cidade pacata, mas vamos aproveitar a noite para ir a um barzinho e descansar.

Caso você vá sozinho, não se preocupe: no grupo sempre fazemos amizades.

A Canastra é um dos lugares mais bonitos de Minas Gerais. Serão dois dias para aproveitar cada cantinho, vá de coração aberto para viver uma experiência incrível!



O que levar?

- Roupa de banho;
- Blusa de proteção UV;
- Bermuda ou calça;
- Tênis ou bota de trilha;
- Roupa para curtir a noite em São Roque;
- Canga ou toalha para trilha;
- Itens de higiene pessoal;
- Viseira, boné ou chapéu;
- Óculos de sol;
- Lanches (biscoitos, salgadinhos, barrinhas, toddynho etc.);
- Protetor solar;

Dica: no domingo, a trilha para a Casca D'anta é bem curta, então podem ir com roupas leves e confortáveis.

O que levar?

Lanches:

- Sanduíche para o sábado;
- Biscoitos doces e/ou salgados;
- Barrinhas proteicas;
- Frutas secas(damasco, castanhas, uva passa...);
- Salgadinhos;
- Frutas (melão, maçã, uvas...)
- Gatorade ou suco;



ALCATEIA TREKKING

Incluso:

- Transporte de van executiva;
- Diárias na pousada;
- 3 cafés da manhã;
- 1 almoço;
- Guia Alcateia;
- Passeio de 4x4;
- Taxas de entrada;
- Seguro Roca Aventura;
- Visita a Queijaria;
- Colete salva-vidas de empréstimo;

