



# Cavernas do Peruacu

Julho-2026



# Resumo

## Cronograma

**Quarta(22/07)**- Saída de Belo Horizonte;

**Quinta(23/07)**- Lapa do Caboclo, Carlúcio e Rezar;

**Sexta(24/07)**- Circuito Arco do André;

**Sábado(25/07)**- Lapa do Índio, Lapa Bonita, Lapa do Boquete e Lapa dos Desenhos + Passeio de barco;

**Domingo(26/07)**- Gruta do Janelão;

**Segunda(27/07)**- Chegada na madrugada em BH

**Dificuldade física:**  
Fácil/Moderada  
Indicada para pessoas  
fisicamente ativas.



ALCATEIA TREKKING



# Trajeto:

O hotel fica localizado em Itacarambi, próximo ao Rio São Francisco. O PN do Peruaçu se localiza entre os municípios de Itacarambi, Januária e São João das Missões.

São aproximadamente 10 horas de viagem em van executiva e com poltronas reclináveis.

Motorista experiente no trajeto e terão algumas paradas no caminho.



ALCATEIA TREKKING



# Dia 23/07(quinta): Cavernas do Peruaçu - 5km

Lapa do Caboclo, Lapa do Carlúcio e Lapa do Rezar

- 06:30 - Café da manhã na pousada de apoio e troca de roupas;
- 08:00 - Embarque na van e ida para o Parque;
- 09:00 às 15:00 - Trilha nas cavernas;
- Parada pra almojanta na pousada(não incluso).
- Check in no hotel e noite livre na cidade.

Trajetos do primeiro dia não apresentam dificuldades técnicas, os guias estarão auxiliando durante todo o percurso.



ALCATEIA TREKKING



# **Dia 24/07(sexta): Circuito Arco do André + Mirante do Mundo Inteiro - 10km**

- 06:30 - Café da manhã no hotel;
- 08:00 - Início da trilha;
- Dia considerado mais puxado por conta da extensão, alguns trechos de passagens na pedras, subidas e descidas...
- Durante todo o trajeto, os guias estarão auxiliando nos trechos com mais dificuldade, nas fotos e orientando com todas as informações sobre as Cavernas. Levar lanche mais reforçado nesse dia.
- Chegada no fim da tarde na pousada. Na cidade tem hamburgueria, espetinho, lanchonete...

**Conheceremos também a Cavernas dos Troncos e  
Cavernas Cascudos**



# Dia 25/07(Sábado): Cavernas do Peruaçu - 5km

Lapa do Índio, Lapa do Boquete,  
Lapa do Desenhos e Lapa Bonita

- 07:00 - Café da manhã;
- 08:00 - Embarque na van e ida para o Parque;
- 09:00 às 14:00 - Trilha nas cavernas;
- 14:30 - Parada na lanchonete;
- Passeio de barco no Rio São Francisco;
- Jantar no Chicos Bar(não incluso).

**Dica:** Roupas com cores mais vibrantes (vermelho, amarelo, laranja, etc.) se destacam melhor nas fotos, pois estaremos dentro das cavernas, e cores escuras têm menos destaque. Isso garantirá que os registros durante o passeio fiquem ainda mais bonitos.



ALCATEIA TREKKING



# Dia 26/07(Domingo): Gruta do Janelão - 5km

- 06:00 - Café da manhã;
- 07:00 - Embarque na van já com as malas;
- 08:00 às 12:00 - Trilha na Gruta do Janelão
- 13:00 - Almoço(não incluso), banho na pousada de apoio(deixar roupa de retorno fácil na mala).
- 15:30 - Viagem de volta para BH.





# Informações Adicionais

**Lanches-** Na pousada há venda de lanches, que incluem um sanduíche (com ou sem carne), suco natural, doce e uma fruta. Um dia antes de cada roteiro perguntaremos no grupo quem deseja encomendar para que possamos organizar a reserva.

**Água** - No hotel tem bebedouros para encher as garrafinhas.



**Clique aqui**



Clique no link para ver um pouco como é a viagem.





# O que levar?

O Ideal é caminhar com roupas, calçado e mochila confortável;

- Calça de trilha/legging;
- Short e bermuda que seja confortável;
- Blusa de manga para proteger de insetos e mosquitos;
- Bota ou tênis;
- Roupa de banho para o passeio no rio;
- Óculos de sol;
- Chapéu/viseira;
- Roupa para a noite;
- Lanterna e as pilhas extra;
- Kit higiene pessoal;
- Roupa para dormir;
- Chinelo;
- Bolsa térmica pequena (opcional);

## Na van/percurso a noite:

- Travesseiro de pescoço;
- Blusa de frio/mantinha;
- Tapa-olho;
- Garrafa de água;



ALCATEIA TREKKING



# Refeições

**Café da manhã:** incluso os 4 cafés da manhãs.

## **Almoço e jantar:**

No horário do almoço estaremos em trilha, por isso as refeições serão um pouco mais tarde.

Na cidade tem uma hamburgueria muito boa, o Chico's Bar, que também serve porções e refeições completas.

Vamos ajustando os horários das refeições junto com vocês durante o dia.

## **Lanches:**

- Chocolate ou outro doce;
- Sucos e isotônico;
- Castanhas, amendoins, coco;
- Frutas secas(uva passa, damasco...)
- Sanduíches (evitar maioneses e recheios que perecem facilmente);
- Frutas frescas(banana, manga, uva, etc)
- Biscoitos salgados, doces ou integrais;



ALCATEIA TREKKING



# Incluso:

- Transporte de van e todo traslado nos 4 dias;
- 2/3 condutores credenciados pelo ICMBIO;
- 4 cafés da manhã;
- 4 diárias no hotel - Itacarambi;
- Passeio de barco no Rio São Francisco;
- Blusa com proteção UV personalizada;
- Seguro Roca Aventura;
- Guia Alcateia Trekking;



ALCATEIA TREKKING