



ALCATEIA TREKKING

Milho Verde

Fevereiro – Carnaval



Resumo

Cronograma

06/02– Cachoeira Tempo Perdido e Cachoeira Maria Bruna;

07/02– Cachoeira Lajeado e Cachoeira Moinho;

08/02– Cachoeira Amaral;

09/02– Serro e retorno Belo Horizonte.

**Dificuldade física:
Fácil**

4km total

Dia 06/02 – Sábado

Cachoeira Tempo Perdido + Cachoeira Maria Bruna

- **07:00** | Café da manhã;
- **08:00** | Embarque na van e ida para Capivari;
- **09:00** | Cachoeira Tempo Perdido;
- **12:00** | Embarque na van e ida para 2º cachoeira;
- **13:00** | Cachoeira Maria Bruna, trilha fácil;
- **17:00** | Chegada em Milho Verde;
- Noite Livre.

Levem lanches para comer durante o dia.

Dia 07/02 – Terça

Moinho + Lajeado

- **07:30** | Café da manhã na pousada;
- **08:30** | Ida para Cachoeira do Lajeado;
- **09:00** | Curtir as quedas e visual;
- **13:00** | Ida para Cachoeira do Moinho
- **16:00** | Pousada e noite livre;

Dia leve curtindo as cachoeiras próximas do centrinho de Milho Verde.

Dia 08/02 – Segunda

Cachoeira Amaral, Capivari

- **07:30** | Café da manhã na pousada;
- **08:30** | Ida para Cachoeira do Amaral;
- **10:00** | Curtir as quedas e visual;
- **14:00** | Almoço local (não incluso);
- **16:00** | Pousada e noite livre;

É possível comprar lanches na cidade no dia anterior.

Dia 09/02 – Terça Serro

- **08:00** | Café da manhã na pousada;
- **09:00** | Ida para o Serro;
- **10:00** | Conhecer a cidade, fotos...
- **13:00** | Embarque na van
- **17:00/19:00** | Previsão de chegada, vai depender do trânsito no caminho.

Usar roupa casual para fotos, desgustação...

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 com proteção uv;
- Bota ou tênis;
- Roupa de banho;
- Óculos de sol;
- Chapéu/viseira;
- Roupas para a noite;
- 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.

- Durante as trilhas, levem lanches para comer ao longo do dia.
- Em Milho Verde, há opções de restaurantes, bares e barraquinhas.

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;

Incluso:

- Transporte de van e todo traslado nos 4 dias;
- 4 cafés da manhã;
- Diárias em pousada em Milho Verde
- Seguro Roca Aventura;
- Guias Alcateia Trekking;
- Taxas de entrada;



ALCATEIA TREKKING