

# Agulhas Negras

e Paredão dos Enamorados

Parque Nacional do Itatiaia

## A EXPERIÊNCIA

Confira aqui todos os detalhes da sua viagem!

**Quer viver essa imersão?**

Veja todas as informações [aqui!](#)

# Sobre o seu destino



“

*O Parque Nacional é  
considerado referência  
no montanhismo  
nacional e mundial!*

”

## O Parque Nacional do Itatiaia

O Parque Nacional do Itatiaia está localizado na divisa dos Estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais, na Serra da Mantiqueira. O Parque foi o primeiro Parque Nacional do Brasil, criado em 1937 e seus primeiros habitantes, os indígenas do grupo Puri, denominaram o lugar como “*Itatiaia*”, que significa “*pedra cheia de pontas*”, evidenciando o aspecto de suas formações rochosas.

Seu relevo é caracterizado por montanhas e elevações rochosas, com altitude variando de 600m à 2.791m, que é alcançado no cume das Agulhas Negras, o ponto mais alto do planalto do Itatiaia!

# Conheça a experiência

*Conhecer esse espetáculo da natureza em uma imersão de dois dias pela cordilheira do Itatiaia é um verdadeiro privilégio para poucos aventureiros.*

**Seja bem-vindo a aventura mais radial nas alturas!**

O Parque Nacional do Itatiaia é o verdadeiro paraíso para quem ama integração com a natureza. localizado na Serra da Mantiqueira, possui uma área de mais de 28 mil hectares de área conservada e montanhas para todos os níveis de trilheiros, desde incitantes até os mais avançados!



Nesse belíssimo roteiro, nós iremos caminhar por famosas trilhas do Parque Nacional, contemplando sua formação geológica muito antiga e apreciando sua fauna e flora tão características.

## **Dia 1: Recepção em São Paulo e São José dos Campos**

Nosso encontro acontecerá no em São Paulo, na Estação Vergueiro, e em São José dos Campos, na rodoviária, onde nossa equipe estará te aguardando com muita alegria para iniciarmos a jornada! Nós te recepcionaremos e em seguida, embarcaremos em nosso transfer para o Parque Nacional.



O trajeto até nossa pousada em Itamonte é tranquilo, com duração de aproximadamente 4 horas! Você poderá aproveitar para descansar!

**Essa é uma experiência para grupo privativo de apenas 12 pessoas!**



Ao chegarmos, iremos direto para nossa deliciosa pousada na montanha, que foi escolhida a dedo por nós! Nos acomodaremos e teremos uma noite de descanso para começar a experiência mais aguardada nas montanhas!

# Agulhas Negras

## Dia 2: Agulhas Negras

O dia vai amanhecendo e logo logo seu despertador natural te acordará: os pássaros cantam bem alto na aurora do dia, é um espetáculo!

Vamos acordar, tomar um belíssimo café da manhã na pousada e embarcar para o Parque Nacional do Itatiaia!

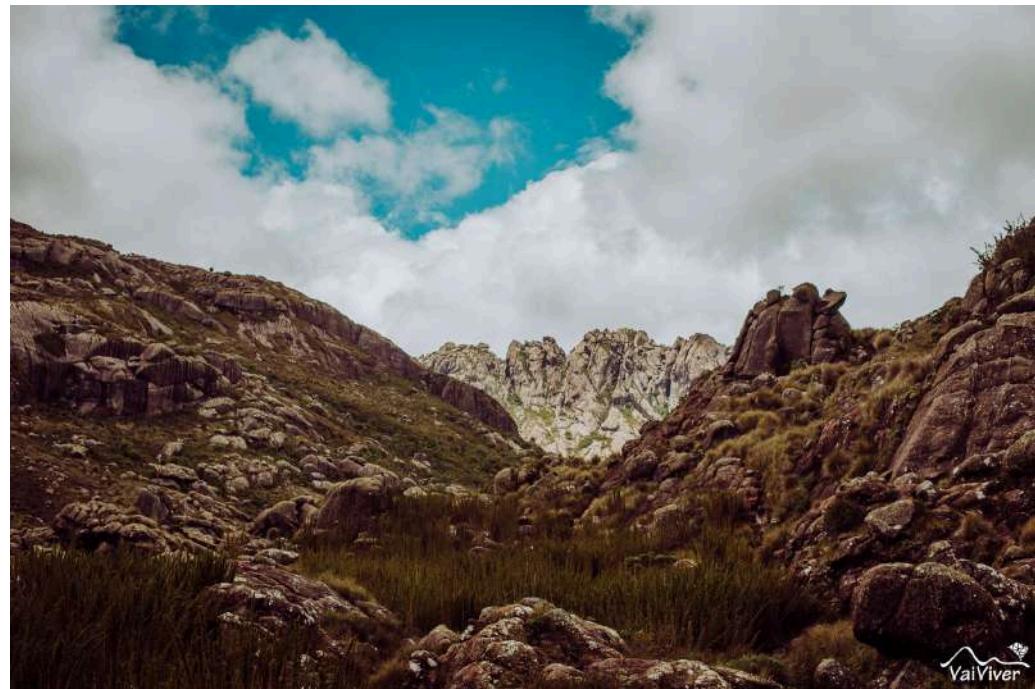


A aventura de sábado será a 5ª montanha mais Alta do Brasil: o Pico das Agulhas Negras!

Nós vamos chegar no cume do Pico das Agulhas Negras de 2.791 metros, um clássico do montanhismo! Uma montanha escarpada e rochosa de grande beleza cênica. Uma ascensão que mistura um pouco de caminhada com escalada fácil a moderada, considerada uma das mais belas montanhas do Brasil.

Quando chegar ao cume, você sentirá uma sensação nova. A superação de ter chegado no alto da montanha com seu corpo, junto com a adrenalina de estar na quinta montanha mais alta do Brasil. É emocionante ver o horizonte e sentir a calmaria da montanha. Aproveite para apreciar o momento e sentir o agora.

A vista do cume é imponente. Lá de cima podemos enxergar muita coisa: o Couto, Prateleiras, a Pedra do Altar, o Pico da Pedra Preta na travessia Serra Negra, o Pico do Papagaio da Travessia Baependi x Aiuruoca e a majestosa Serra Fina com a Pedra da Mina exuberante a sua frente.



# A TRILHA DE AGULHAS NEGRAS

## CONHEÇA A TRILHA:

A trilha até o cume de Agulhas Negras **pode ser dividida em três etapas**: A primeira delas é leve e fácil, leva-se menos de 1h para chegar até a base da montanha em terreno sem muitas elevações



A **segunda etapa** é uma escalaminhada de 15 metros de altura com inclinação, onde guias qualificados que atuam na montanha há anos nos auxiliarão em todo processo. Nesta etapa, nós vamos utilizar todos equipamentos de segurança necessários, cordas, cadeirinhas, mosquetão e capacete.

Não é necessário conhecer técnicas de escalada ou ter experiência de escalada anterior, mas é recomendado para quem deseja desafiar-se e possua condicionamento físico para trilhas de nível moderado.

**A última parte**, é caracterizada por trechos de rochas empilhadas, onde vamos caminhar e realizar uma escalada simples chamada de escalaminhada.

Durante nossa trilha, vamos caminhar em ritmo tranquilo, com muito cuidado e o tempo todo com guias *experts*, os quais darão todo suporte necessário para a experiência!

**É uma jornada moderada, que costuma ter duração de 6 à 9 horas**, o período completo do roteiro de ida e volta. **Nossa jornada possui um total de 12 km.**



No final da tarde, retornaremos para a Pousada, onde poderemos tomar um banho e jantar uma deliciosa comida típica das montanhas! É hora de comemorar a ascensão a quinta montanha mais alta do Brasil!

Prepare-se para uma noite cheia de estrelas e energias boas!



# Domingo: Yoga na Beira do Rio e Paredão dos Enamorados

## Dia 3: Paredão dos Enamorados

Mais um amanhecer nas montanhas... Neste dia, vamos acordar e viver um bela prática de relaxamento com uma aula leve de Yoga na beira do rio: momento de contemplação, de escutar os pássaros, o som das águas e relaxar, um belo dia vai começar!



Em seguida, você poderá tomar o café da manhã com calma, enquanto escuta o barulho do rio que passa dentro da nossa pousada!

É dia de mais Parque Nacional do Itatiaia, vamos trilhar o Paredão dos Enamorados!

Um dos roteiros mais acessíveis de todo o Planalto e com uma das melhores vistas.

A trilha é praticamente toda realizada dentro da mata, com exceção do trecho final, já na crista do paredão. São cerca de 2 quilômetros de ida e 2 de volta, uma trilha leve e contemplativa!

Você terá um tempo para relaxar e meditar no cume! Aproveite a brisa fresca da montanha!



Na parte da tarde, retornaremos para a Pousada, onde poderemos tomar um banho e almoçar uma deliciosa comida típica das montanhas, deliciosas trutas, com champignon ou feito ao alho, acompanhado de arroz, batata sotê, feijão e salada verde, uma relíquia da região (se você tiver alguma restrição alimentar, fique tranquilo, conseguimos te atender!) para então retornar em segurança para casa!

Nossa previsão de chegada em São Paulo no domingo é às 22h.



# PRÉ REQUISITOS



A experiência em Agulhas Negras, exige preparo físico do participante! As trilhas se caracterizam com terrenos acidentados e inclinados.

- É necessário ter um bom condicionamento físico para realizar os trekkings até o cume.
- Importante não ter medo de altura
- Treinamento cardiovascular razoável
- Possuir bota de trilha e roupas adequadas para a atividade (calça de trilha, segunda pele, pluma ou fleece e vestimentas de inverno)
- Não é recomendado para iniciantes no mundo das trilhas, recomendamos que você já tenha tido experiências prévias e tenha preparo físico, além dos requisitos citados a cima.

# PRÉ REQUISITOS



## AGULHAS NEGRAS: 12 KM IDA E VOLTA

**DIFÍCULDADE TÉCNICA:** Pouca, a qual significa que você não precisa ter conhecimento prévio em escalada e uso de equipamentos. Você terá acompanhamento integral de um guia experiente durante todo o processo.

**DIFÍCULDADE FÍSICA:** Moderada à avançada, que significa que é necessário ter condicionamento mediano. Nós iremos subir trechos de aclive forte, trechos de escalaminhada e subida em corda/cadeirinha de rapel e trechos expostos. Sempre com auxílio e suporte de um guia experiente durante todo trajéto.

## GASTRONOMIA: REFEIÇÕES TÍPICAS INCLUSAS

Aqui no VaiViver nós acreditamos que a gastronomia local faz parte da experiência de uma viagem e por isso, temos o cuidado de oferecer alimentações típicas das regiões que estamos desbravando, isso faz parte do turismo sustentável!

Você experimentará cafés da manhã completos, com pão de queijo, geleias artesanais, pães frescos, bolos, frutas e deliciosos quitutes!



Visitar a região das Terras Altas da Mantiqueira e não provar a truta fresquinha da região é imperdoável, por isso, no nosso jantar, prepare-se para saborear pratos típicos da região.

Fique tranquilo se você for vegetariano ou vegano, nós também teremos opções deliciosas pra você!

Os nossos lanches de trilha são preparados por pessoas da região, com alimentos frescos e saborosos! Você terá uma bela refeição no alto das montanhas!

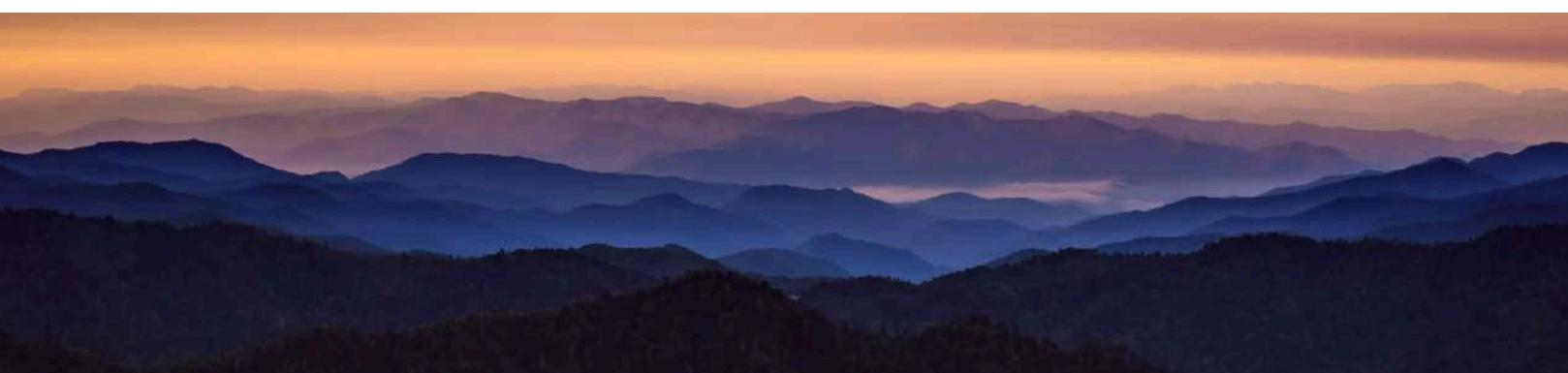


O almoço de domingo será marcado pela tradicional culinária caseira: prepare-se para sentir o sabor verdadeiro do arroz e feijão fresquinho, com carnes, massas e saladas regionais!

Todas as refeições são à vontade, e você poderá aproveitar essa imersão gastronômica com prazer!



***"Imersão na culinária local"***



## A pousada: Um espetáculo a parte

Em meio à Mata Atlântica e a margem do Rio Capivari, nossa hospedagem oferece vistas deslumbrantes das montanhas da Serra da Mantiqueira.



Você poderá desfrutar a vontade da piscina e das áreas de lazer. A pousada está em local ideal para observação de pássaros e montanha do Parque Nacional!

Os quartos da pousada possuem uma decoração charmosa e pitoresca, com camas super confortáveis e vista para montanhas!

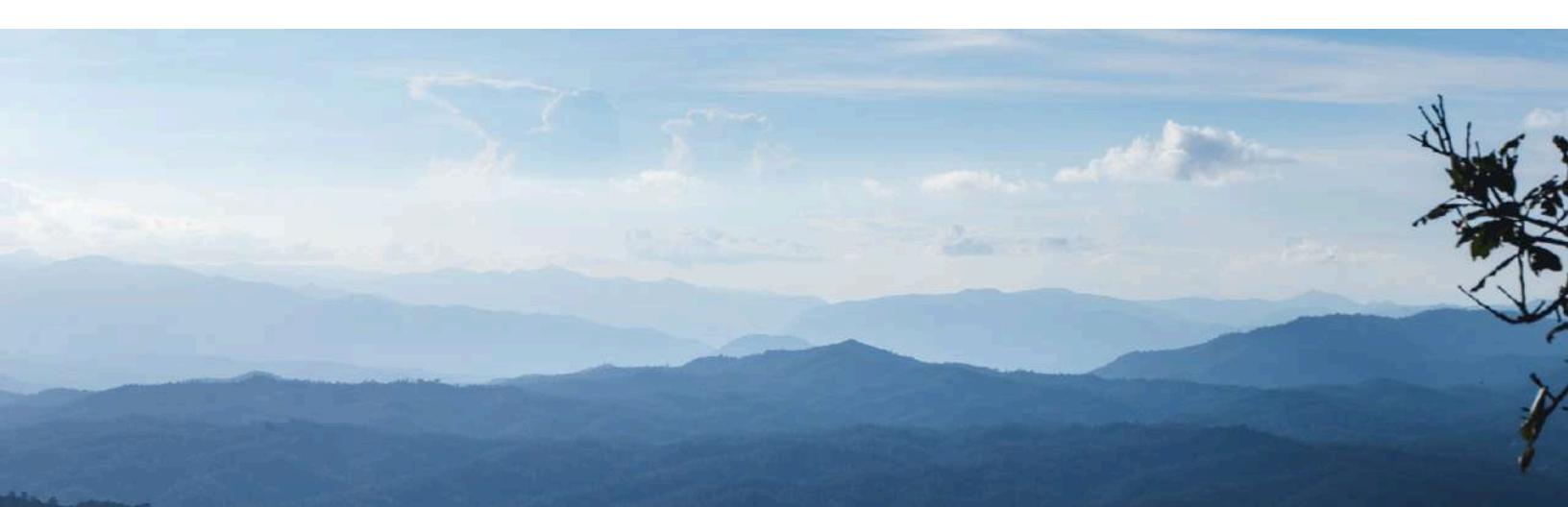


Nossa pousada é rodeada de natureza e fica localizada à margem do Rio Capivari, onde faremos nossa prática de yoga no domingo. A pousada possui uma infraestrutura completa para sua estadia na montanha ser inesquecível!



Você poderá optar por quarto duplo, casal, individual ou até mesmo compartilhado!

Todos os quartos possuem vista para montanhas!



## Confira tudo que está incluso em seu pacote de viagem!



**Recepção em São Paulo e em São José dos Campos**



**Transfer ida e volta de sua cidade de saída até todos os atrativos de sua viagem**



**Pousada excelente nas montanhas**



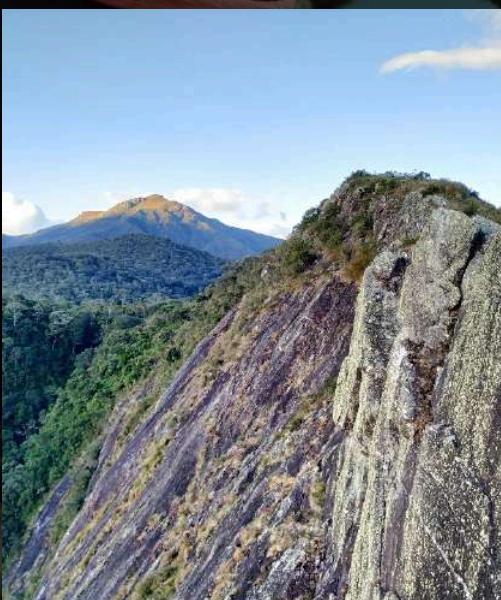
**Todas as refeições inclusas (cafés da manhã, lanches de trilha, almoço e jantar típicos)**



**Todos os passeios e ticket de entrada no Parque Nacional:**

**Sábado: Agulhas Negras**

**Domingo: Paredão dos Enamorados**





**Equipe local altamente capacitada em montanhas no Parque Nacional do Itatiaia, com mais de 30 anos de experiência!**



**Equipe do VaiViver**



**Equipamentos de segurança completos**



**Seguro viagem**



**Brindes exclusivos VaiViver!**



**Grupo exclusivo e pequeno!**



Além de tudo isso, você ainda contribui com os projetos de sustentabilidade apoiados pelo VaiViver. [Clique aqui](#) para saber mais!



# O que levar para a sua viagem?



“

*Na hora de fazer as malas, confira nosso check-list para ter certeza de que está levando tudo, principalmente a alegria!*

”

## NA MALA

- Gorro
- Blusa fleece ou polartec
- Camisetas UV
- Jaqueta Anorak
- Luvas de segunda camada
- Calça de Trekking
- Bota de caminhada
- Meias de Trekking
- Repelente
- Cantil de água ou garrafa
- Mochila pequena de 20 litros

## NA ALMA

- ✓ Alegria
- ✓ Felicidade
- ✓ Empatia
- ✓ Gratidão
- ✓ Paciência
- ✓ Diversão
- ✓ e Alto Astral!

# Como se vestir para montanha?



BLUSA FLEECE OU POLARTEC



JAQUETA ANORAK



CAMISETAS UV



LUVAS DE SEGUNDA CAMADA



CALÇA DE TREKKING OU LEGGING



MEIAS DE TREKKING



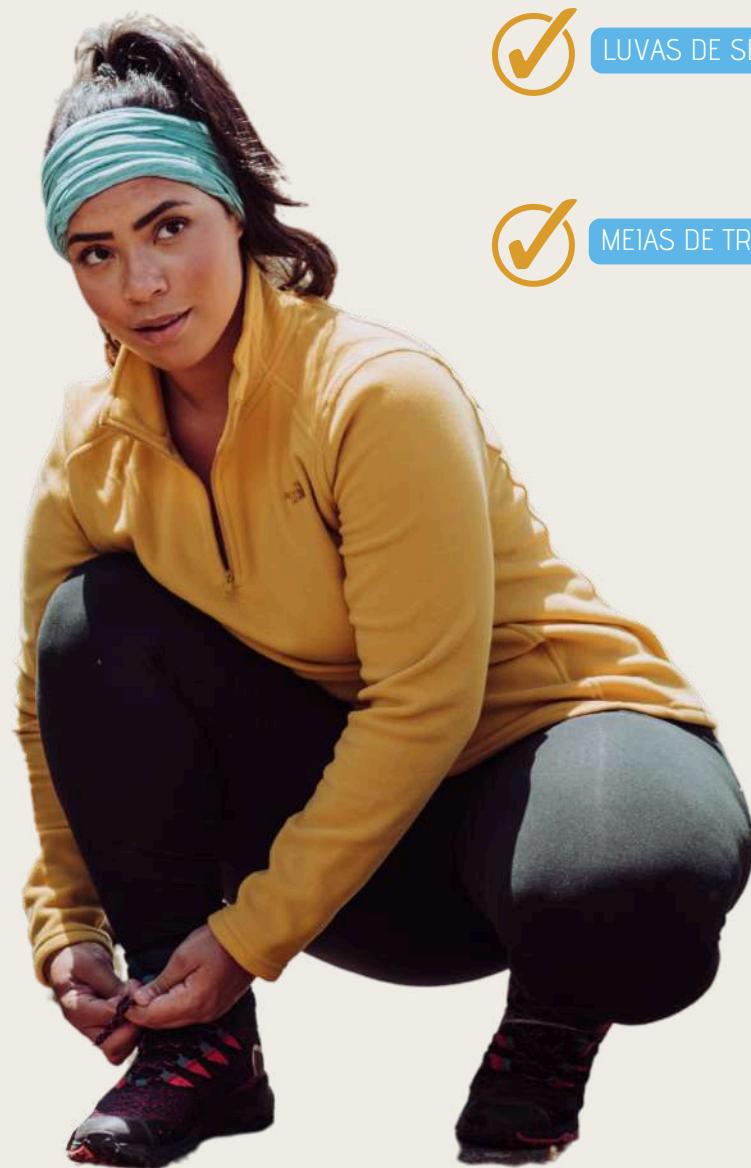
BOTA DE CAMINHADA



MOCHILA DE 20 LITROS



TOUCA OU GORRO



# Valores e formas de pagamento



Você pode parcelar sua experiência em até 10x sem juros no cartão de crédito!

## Acomodações duplas ou casal:

Pacote completo de viagem, os valores mostrados são  
POR PESSOA

R\$ 2097 ou 10x de R\$ 209 sem juros

## Acomodações individuais:

Pacote completo de viagem, os valores mostrados são  
POR PESSOA

R\$ 2297 ou 10x de R\$ 229 sem juros



150 de desconto no  
PIX. Utilize o cupom  
"AGULHAS150"



# Horários



“  
**UM FINAL DE  
SEMANA  
COMPLETO E COM  
TUDO INCLUSO!**  
”

## Horários de encontro:

Encontro na Estação Metrô Vergueiro em São Paulo, às **20h**, e na Rodoviária de São José dos Campos as 22h00. **Programe-se para chegar com 20 minutos de antecedência**, dessa forma, você poderá se encontrar com nossa equipe pontualmente! Caso precise de suporte para compra de passagens, fale conosco em nosso whatsapp: [\(11\) 93051-8581](https://wa.me/5511930518581)

## Horário previsto para volta:

O horário previsto para chegada em São Paulo no **domingo**, é **às 22h00**

# Faça sua reserva agora!



Caso tenha dúvidas ou precise de mais informações,  
clique aqui e entre em contato conosco!



“

*Temos poucas vagas para cada experiência dessas. Os grupos são pequenos e a experiência é incrível!*

”

Fale conosco e saiba o passo a passo para garantir sua vaga nessa experiência única! Esse é um roteiro que acontecerá pouquíssimas vezes por ano!

**Grupo seletivo de 12 pessoas! Exclusivo!**

**QUERO ME INSCREVER  
NA EXPERIÊNCIA!**

## Viva essa aventura com o VaiViver!

Somos uma agência de ecoturismo fora do convencional! Desde 2016, o VaiViver realiza viagens de experiência como ferramenta de autoconhecimento e transformação de vida. Todas as nossas atividades são realizadas em destinos de natureza exuberante, onde podemos nos desligar do dia a dia e conseguimos nos reconectar com nossa verdadeira essência!

Você pode saber mais sobre o VaiViver [clicando aqui!](#)

