

# Itatiaia 360

Círculo 5 lagos e Morro do Couto

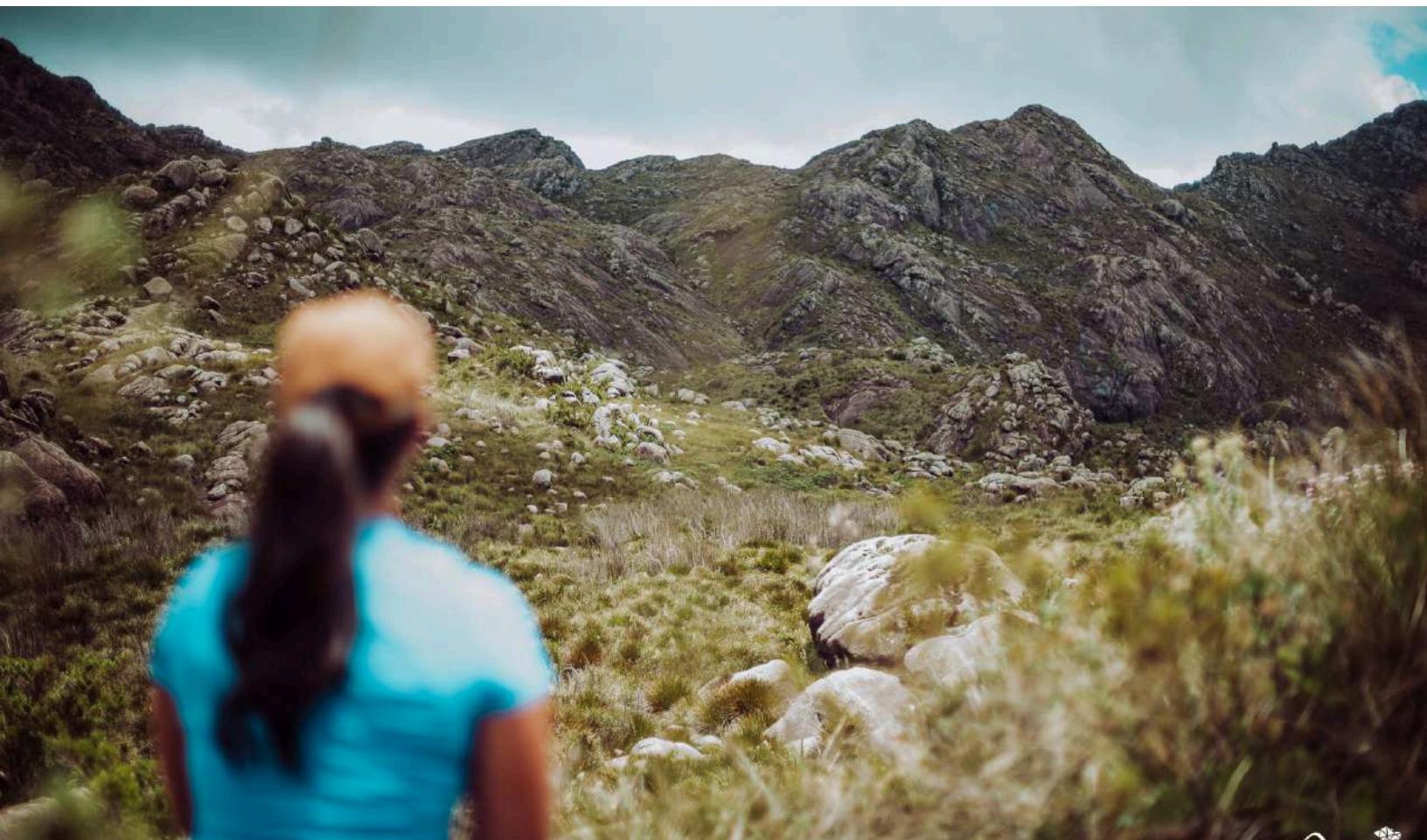
## A EXPERIÊNCIA

Confira aqui todos os detalhes da sua viagem!

**Quer viver essa imersão?**

Veja todas as informações aqui!

# Sobre o seu destino



## O Parque Nacional do Itatiaia

“

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

”

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

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



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

**Desconecte-se de tudo que é externo e se conecte com você!**



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!

## CIRCUITO 5 LAGOS

### DIA 2: CIRCUITO 5 LAGOS

Nosso roteiro de sábado será uma linda travessia no Parque Nacional. Começaremos o dia com um belo café da manhã em nosso Refúgio de montanha e partiremos em seguida para o Parque. Essa é uma das mais belas travessias do Parque Nacional, com vistas de tirar o fôlego!



São aproximadamente de 12km de caminhadas (nível fácil / moderado). O Circuito dos 5 Lagos e Pedra do Altar é um roteiro incrível para quem está iniciando no mundo do montanhismo e trekking.

Nós fazemos a trilha no formato de travessia, onde vamos iniciar por um caminho e retornar por outro, conhecendo grande parte do parque. Iniciamos a trilha em uma altitude elevada, próxima de 2.400m, dentro do Planalto do Itatiaia, a trilha tem poucas subidas e descidas. Durante o percurso vamos apreciar o ambiente dos Campos de Altitude da Serra da Mantiqueira, que apesar de ter uma vegetação mais baixa e rasteira apresenta uma diversidade enorme de espécies preservadas.



## PEDRA DO ALTAR

No percurso vamos encontrar com pequenos lagos de altitude, que dão o nome ao circuito e depois de algumas horas chegamos no nosso ponto culminante.



Em seguida, continuamos a trilha passando pela base das Agulhas Negras até chegar no Abrigo Rebouças!

Todo caminho de volta é uma atração em si, observaremos Agulhas Negras por diversos pontos de vista e veremos essa formação durante o pôr do sol, no qual as Agulhas vão ficando alaranjadas! A vista é de tirar o fôlego!



a Pedra do Altar, com 2.665 metros de altitude, é a 11º montanha mais alta do Brasil, lá teremos uma parada para fazer o lanche e contemplar as lindas vista do PNI. (Neste momento, você descobrirá porque o nome do nosso roteiro chama-se Itatiaia 360).

# Domingo: Morro do Couto

## Dia 3: Morro do Couto

O Morro do Couto é o segundo ponto mais alto do planalto de Itatiaia, com 2680 m, e a 9 mais alto do Brasil! É considerado um dos mais belos cumes do Parque, principalmente por causa de sua vista, que permite observação de 360° da região.

O nome Couto vem da época da colonização, quando os escravos das grandes fazendas da região fugiam e acabavam se refugiando nesse local.



A trilha ate o Morro do Couto conta com diversos mirantes e permite fazer uma das fotos mais indas que se tira em Itatiaia (a famosa foto na Pedra). Muitas vezes, é possível fazer a trilha toda "sobre" as nuvens, pois a trilha é tão alta, que ficamos acima das nuvens!



É um visual lindo! O trajeto te convida a pensar sobre a vida, refletir com relação ao que tem acontecido e até mesmo repensar ações!



*É uma grande oportunidade de superar seus limites (tanto físico quanto mentais) e se dar a oportunidade de sentir coisas novas, experimentar novas sensações!*



# QUEM JÁ VIVEU ITATIAIA 360



*"Eu me emocionei muito quando cheguei no cume do Morro do Couto, o que eu vi quando cheguei lá **foi diferente de todas as montanhas que subi, uma sensação indescritível** uma mistura de conquista pelo desafio e uma **paz em meu coração**, foi a segunda vez que uma montanha me arranca lágrimas dos olhos."*

ANA PAULA TANABE



*"É difícil encontrar **palavras que consigam expressar o que eu vivi lá**. Com toda certeza, **foi um chamado pra mim**. O Universo me conectou com pessoas absurdamente incríveis na mesma sintonia que eu. **Foi minha primeira viagem sozinha, porém eu não me senti só em nenhum momento**. Me senti em **estado de meditação por dois dias**, pois consegui ficar sem pensar em nada e ninguém que estivessem fora dali. A **conexão com a natureza é inexplicável**. É algo que eu quero viver muitas outras vezes e recomendo para todas as pessoas que estão em um processo de evolução e autoconhecimento. Foi incrível."*

MICHAELI RABELO



# PRÉ REQUISITOS



A Experiência ITATIAIA 360 é indicada para quem deseja realizar uma das trilhas em montanhas mais lindas do Brasil, sem grandes dificuldades técnicas. **As trilhas, tanto de sábado como domingo, são de nível fácil / moderado.**

- É necessário ter condicionamento físico razoável e não ser sedentário
- Treinamento cardiovascular razoável
- Conseguir caminhar aproximadamente 12 km (com diversas paradas durante o trajeto!)

# QUEM JÁ VIVEU ITATIAIA 360



"O Vai Viver me proporcionou um final de semana inesquecível. **Não foi só uma viagem, foi para mim um momento de me reconectar comigo mesma, e de me conectar** a pessoas incríveis... Foi uma vivência muito especial, **fazia tempo que eu não me sentia tão feliz como me senti nesses dois dias.** Vocês são simplesmente perfeitos... é muito claro o quanto vocês amam fazer o que fazem, pq é possível sentir isso na energia que vocês transmitem, **no cuidado e na atenção a cada detalhe da viagem,** eu simplesmente me senti extremamente acolhida e voltarei com certeza a viajar com vcs. **GRATIDÃO e OBRIGADA** por tudo equipe Vai Viver!"

CAROL NAKASHIMA



"A Energia do Parque Itatiaia é excepcional! **Pude ter uma das minhas melhores experiências em contato com a natureza.** A conexão com as pessoas que conheci durante a viagem foi incrível e ultrapassou as fronteiras do parque! **Pude contemplar o céu mais estrelado que já vi na vida!**"

THATY MENEZES



# PRÉ REQUISITOS



- **CIRCUITO 5 LAGOS E PEDRA DO ALTAR: 12 KM IDA E VOLTA**
- **MORRO DO COUTO : 6 KM IDA E VOLTA**

**DIFICULDADE TÉCNICA:** Pouca, a qual significa que você não precisa ter conhecimento prévio em trilhas!

**DIFICULDADE FÍSICA:** Fácil, moderada. O que significa que vamos caminhar em montanha, porém não apresenta trechos com alto grau de complexibilidade.

## 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 mineiros 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 mineira: 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: em meio as montanhas!

Em meio a muita natureza, nossa hospedagem oferece vistas deslumbrantes das montanhas da Serra da Mantiqueira.



Você poderá desfrutar de sala de estar com lareira, piscina, rio... A pousada está em local ideal para observação de pássaros e montanha do Parque Nacional!

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



Nossa pousada é rodeada de natureza, com trilhas que chegam a mais de 2.000 metros de altitude, quedas d'água e pista de corrida ao redor de um lindo lago, infraestrutura completa para sua estadia na montanha ser inesquecível!

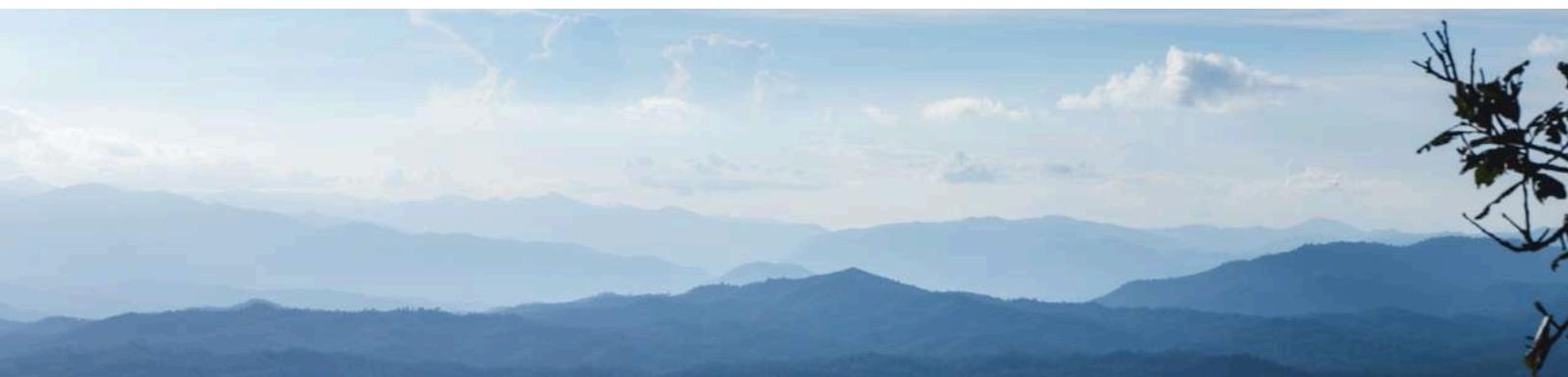


Você poderá optar por quarto duplo, casal, individual ou até mesmo compartilhado!

Todos os quartos possuem vista para montanhas!



*"Uma pousada excelente, nas alturas a mais de 1750 metros, em frente ao Parque Nacional!"*



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



### Recepção em São Paulo



Transporte executivo 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:

Dia 1: Circuito 5 Lagos e Pedra do Altar

Dia 2: Morro do Couto





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



Equipe do VaiViver



1 guia a cada 9 pessoas, grupos pequenos



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



CAMISETAS UV



CALÇA DE TREKKING OU LEGGING



BOTA DE CAMINHADA



JAQUETA ANORAK



LUVAS DE SEGUNDA CAMADA



MEIAS DE TREKKING



MOCHILA DE 20 LITROS



TOUCA OU GORRO



# Valores e formas de pagamento



**Valor do pacote completo por pessoa:**

*em acomodações de quarto triplo  
(com até três pessoas!)*

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

**R\$ 1897 ou em 10x de R\$ 189**

Aceitamos as seguintes formas de pagamento:

A vista via **pix ou cartão de crédito ou parcelado**  
**em até 10x no cartão de crédito!**



# Valores e formas de pagamento

## Acomodações duplas ou casal:

*Pacote completo de viagem, os valores mostrados são  
POR PESSOA*

**R\$ 1997 ou 10x de R\$ 199 sem juros**

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

## Acomodações individuais:

*Pacote completo de viagem, os valores mostrados são  
POR PESSOA*

**R\$ 2197 ou 10x de R\$ 219 sem juros**



# Horários



***Um final de  
semana completo  
nas montanhas!***

## Horários de encontro:

Encontro na Estação Metrô Vergueiro em São Paulo, às **20h**. 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](tel:(11)93051-8581)

## Horário previsto para volta:

O horário previsto para chegada em São Paulo no **domingo, é às 21h30 min**

# Reserve agora!



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!

“

*Uma imersão completa nas montanhas de Itatiaia!*

”



[clique aqui para falar conosco!](#)

[QUERO RESERVAR AGORA!](#)

## 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!](#)



**abeta**  
Associação Brasileira das Empresas  
de Ecoturismo e Turismo de Aventura

 **ABAV**<sup>®</sup>  
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA  
DE AGÊNCIAS DE VIAGENS

