

CACHOEIRA DO SACO BRAVO

Data: **01/03/2026** (Domingo)

R\$ 590 por pessoa no PIX ou Cartão de Crédito a partir de **R\$ 622**

Grupo de 6 a 10 guiados.

Uma das poucas cachoeiras do mundo que deságuam no mar, lugar de beleza singular com poço pra banho e borda infinita para o mar aberto. Localizada na Reserva Ecológica da Juatinga com trilha imersa em Mata Atlântica preservada.

FICHA TÉCNICA

- Trilha de Praia e Cachoeira com Navegação de Barco
- Duração: 1 dia (bate-volta)
- Tempo em Atividade: 8 horas
- Percurso: 8 km
- Altitude Inicial: 0 m (nível do Mar)
- Altitude Máxima: 245 m
- Desnível: 620 m (+) | 620 m (-)
- Nível de Experiência: Iniciantes – Moderado
- Esforço: Moderado Superior
- Exposição: Pequena
- Insolação: Média

ITINERÁRIO

3:30 am: Saída de São José dos Campos (Posto Shell CTA)

6:00 am: Parada na Padaria em Parati – WC e Café da Manhã (não incluso)

7:30 am: Transfer de Barco de Laranjeiras a Praia de Ponta Negra (incluso)

8:00 am: Briefing e início da trilha até a Cachoeira do Saco Bravo, trilha puxada.

10:30 am: Previsão de chegada na cachoeira e aproveitamos conforme a maré esteja segura. É um local exposto a mar aberto, seguir minhas recomendações.

12:30 pm: Retornamos a trilha até a Praia da Ponta Negra para almoçar (incluso)

15:00 pm: Almoço pé na areia servido (bebidas a parte)

16:30 pm: Transfer de Barco de Ponta Negra a Laranjeiras (incluso)

17:30 pm: Retorno.

21:00 pm: Previsão de chegada.

INCLUSO

- Guia credenciada Cadastur
- Guia com certificação internacional em primeiros socorros WFA
- Guia auxiliar fechando a trilha com rádio comunicador
- Transporte (ida e volta)
- Transfer de barco (ida e volta)
- Almoço caiçara a beira mar (bebidas a parte)
- Seguro aventura ROCA
- Kit primeiros socorros coletivo
- Rastreador e resgate via satélite SPOT
- Bônus: Imagens

CHECK LIST

- Mochila
- BOTA ou Tênis (que seja aderente)
- Meias grossas (evitam calos)
- Cortar as unhas dos pés na véspera da trilha
- NÃO treinar pernas na véspera (2 dias antes)
- Roupa confortável pra trilha
- Roupa de banho
- Toalha
- Canga
- Viseira ou Boné
- Óculos de sol
- Garrafa de hidratação (2 litros)
- Protetor solar e labial
- Repelente
- Remédios habituais (caso necessite)
- Troca de roupa para o retorno com chinelo.
- Itens de Segurança: Lanterna, Capa de Chuva e Apito.

Sugestões de LANCHES para trilha:

Maçãs (essenciais), frutas, castanhas, barrinhas de proteína, sanduíches, sneakers, amendoins, salamitos, atum, bananinha, carbogel, isotônico, whey, marmitinhas fit, etc.