

PEDRA DO SINO DE ITATIAIA

Data: **24/08/2025**

Grupo de 6 a 10 pessoas – **R\$ 350** por pessoa (pix) ou **R\$ 369** (cartão de crédito)

Nona montanha mais alta do Brasil e terceira maior do Parque Nacional de Itatiaia, sem dificuldade técnica porém com a trilha extensa. Um percurso lindo passando ao lado do imponente Agulhas Negras, da Pedra do Altar e tomando um banho na nascente mais alta do Brasil, a cachoeira do Aiuruoca. Passamos por formações emblemáticas, campos de altitude e paisagens de tirar o fôlego. Você não pode perder!

FICHA TÉCNICA

Duração: 1 dia (bate-volta)

Local: Parque Nacional de Itatiaia a Maromba / RJ

Distância Percorrida: 18 km (ida e volta)

Nível de Dificuldade: Moderado / Difícil

Tempo de Atividade: 10 horas

Altimetria Acumulada: 800 metros

Altitude Máxima: 2.670 metros

ITINERÁRIO

2:30 am: Saída de São José dos Campos (Posto Shell CTA)

Parada no Graal Guaratinguetá – WC e Refeição (não incluso)

6:30 am: Ingresso ao Parque Nacional de Itatiaia

Briefing sobre o roteiro no Abrigo Rebouças e início da trilha.

Iniciamos o trekking com uma caminhada tranquila, passamos ao lado do imponente Agulhas Negras com seus 2.791 metros de altitude e a Pedra do Altar com 2.665 metros.

Seguimos com uma caminhada belíssima até a Pedra do Sino. Passamos ao lado dos Ovos de Galinha, e o último km até o cume é rochoso, uma enorme rampa, com trechos que parecem estarmos andando na Lua.

No cume, com seus 2.670 metros de altitude, podemos ver as costas do Agulhas Negras de um lado e o Pico do Maromba do outro, uma perspectiva ímpar do parque. Assinamos o livro, curtimos a paisagem, fazemos um lanche, tiramos fotos e descemos.

Na volta, passamos na Cachoeira do Aiuruoca, a nascente mais alta do Brasil, fazemos uma pausa pra banho dos corajosos (água geladíssima), de lá seguimos. Geralmente pegamos um arco-íris lindíssimo na queda da cachoeira.

Dependendo do desenvolvimento do grupo e principalmente do horário, avaliamos se há possibilidade de fazer um ataque a Pedra do Altar (estaremos muito perto).

17:00 pm: Retorno

Pausa no Armazém em Garganta do Registro (pastel, queijos, doces, etc)

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 (grupo acima de 5)

Transporte (ida e volta)

Ingressos dos atrativos

Seguro aventura

Kit primeiros socorros coletivo

Rastreador via satélite

Bônus: imagens

CHECK LIST

Mochila

BOTA ou Tênis (que seja aderente)

Meias grossas (evitam calos)

- Cortar as unhas dos pés

- NÃO treinar pernas na véspera

Lanterna de Cabeça

Vestir 3 camadas de blusa:

1. Segunda pele (camisa manga longa)
2. Fleece (blusa quente ou pluma)
3. Corta-vento (jaqueta-impermeável)

Vestir Calça (que não seja jeans)

Touca e Luvas

Óculos de sol

Garrafa de Hidratação (3 litros)

Roupa de banho

Toalha (leve)

Protetor solar e labial

Remédios habituais (caso necessite)

Bastão de caminhada (principalmente quem tem joelho ruim)

Troca de roupa para o retorno (fica no carro)

Chinelo (fica no carro)

Itens de segurança: Capa de chuva, manta de emergência, apito.

Sugestões de LANCHES para trilha:

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