

# **PEDRA DO SINO DE ITATIAIA**

Data: **21/06/2026** (domingo)

**R\$ 390** por pessoa no PIX ou Cartão de Crédito a partir de **R\$ 411**

Grupo de 6 a 10 guiados.

*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.*

## **FICHA TÉCNICA**

- Trilha de Montanha
- Duração: 1 dia (bate-volta)
- Local: Parque Nacional de Itatiaia/RJ
- Tempo em Atividade: 10 horas
- Percurso: 18 km
- Desnível: 800 m (+) / 800 m (-)
- Altitude Máxima: 2.670 metros
- Nível de Experiência: Intermediário (mais pela distância)
- Esforço: Moderado
- Exposição: Moderada
- Insolação: Alta

## **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.

**17:00 pm:** Retorno

Parada em Garganta do Registro (armazém com pastel, doces, queijos, cafés, 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
- Ingresso do atrativo
- Transporte (ida e volta)
- Lanchinho na montanha
- Seguro aventura
- Comunicador via satélite
- Kit primeiros socorros coletivo
- Shit Tube
- Bônus: Imagens

## **CHECK LIST**

- Mochila confortável e em boas condições de uso
- Bastões de caminhada (um é suficiente)
- Carregador portátil pessoal
- BOTA ou Tênis que seja aderente (e que não esteja parado há tempos)
- Meias grossas (evitam calos)
- Cortar as unhas dos pés
- NÃO treinar pernas na véspera (2 dias antes)
- Calça confortável para trilha (nunca jeans)
- Segunda pele (manga longa uv) – primeira camada
- Blusa fleece (quentinha) – segunda camada
- Jaqueta corta-vento – terceira camada
- Touca e Luvas
- Lenço umedecido (higiene)
- Óculos de sol
- Bandana tubular
- Garrafa de Hidratação (3 litros)
- Caneca pro suco
- Protetor solar e labial
- Remédios habituais (caso necessite)
- Bolsinha com troca de roupa pro retorno e chinelo (ficam no carro)
- Itens de segurança: Lanterna de cabeça com pilhas, Cobertor de Emergência, Capa de Chuva e Apito.

**Sugestões de LANCHES para trilha:**

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