

# **PEDRA DA MINA - SERRA FINA**

Data: **27 a 28/06/2026** (final de semana)

**R\$ 1100** por pessoa no PIX ou Cartão de Crédito a partir de **R\$ 1158**

Grupo de 5 a 8 guiados.

*O teto da Mantiqueira com seus 2.798 metros de altitude, quarta montanha mais alta do Brasil e uma subida árdua digna de respeito (via Paiolinho). Das paisagens mais lindas da Serra Fina, tem o pôr e o nascer do Sol impressionantes, muitas vezes amanhecemos com o Vale do Ruah todo congelado e na noite milhões de estrelas.*

## **FICHA TÉCNICA**

- Trilha de Montanha
- Duração: 2 dias (final de semana)
- Local: Passa Quatro/MG
- Tempo em Atividade: 9 horas por dia
- Percurso: 18 km (ida e volta)
- Desnível: 1.490 m (+) / 1.490 m (-)
- Altitude Máxima: 2.798 metros
- Nível de Experiência: Intermediário
- Esforço: Pesado
- Exposição: Moderada
- Insolação: Alta

## **ITINERÁRIO – DIA 1**

**2:00 am:** Saída de São José dos Campos (Posto Shell CTA)  
Parada no Graal Guaratinguetá – WC e Refeição (não incluso)

**5:00 am:** Transfer de Passa Quatro até o Paiolinho (início da trilha)

**6:00 am:** Portaria e Briefing para iniciar a caminhada.

Iniciar com 2 litros de hidratação no máximo é suficiente. Começaremos a subida de aproximadamente 5 km até o ponto de água onde abastecemos os 4 litros de cada um (hidratação suficiente para subida, permanência no acampamento e descida).

Iniciamos o Deus me Livre, trecho de muita escalaminhada, são 1,5 km de rocha expostos ao sol, pesados. Eis o trecho que faz a subida a Pedra da Mina ser de respeito.

Do cume do Deus me Livre temos mais 1 km até o cume do Enganador, aí sim avistamos a imponente Pedra da Mina. Caminhamos mais 1 km até a base onde montaremos o acampamento. Os últimos 500 metros atacaremos para assistir ao pôr do Sol.

**16:30 pm:** Já estaremos no cume, assinamos o livro, curtimos a paisagem, tomamos um cházinho passado na hora e tiramos umas fotos. Pós pôr do Sol retornamos a base.

**19:30 pm:** Jantar servido (incluso)

## **DIA 2**

**4:30 am:** Despertar pra subir ao cume pro Nascer do Sol. Após o amanhecer descemos de volta a base pra começar a desmontar acampamento.

**7:30 am:** Café da manhã servido (incluso)

**9:30 am:** Início da nossa descida.

**13:30 pm:** Parada na Cachoeira do Paiolinho (água verde esmeralda).

**15:30 pm:** Finalizamos a trilha.

**16:00 pm:** Transfer até Passa Quatro onde retomamos o veículo para retorno.

**17:30 pm:** Pausa no restaurante pra alimentação (não incluso).

**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 da Serra Fina com Acampamento
- Transporte e Transfers (ida e volta)
- Jantar e Café da Manhã
- Seguro aventura
- Comunicador via satélite
- Kit primeiros socorros coletivo
- Bônus: Imagens

## **CHECK LIST**

Lembra-se que carregará a “casa nas costas”, seja leve e compacto porém não seja imprudente de não levar coisas essenciais. Dividindo barraca (peso a menos).

- Mochila cargueira em boas condições de uso (confortável e regulável)
- Capa de chuva para a mochila
- Mochilinha para trilha (ataque)
- Barraca (dividida com alguém para dividir peso)
- Saco de dormir (zero graus ou menos)
- Isolante térmico
- Bastões de caminhada (par)
- Lanterna de cabeça com pilhas reservas
- Carregador portátil pessoal
- Bota impermeável (em bom estado e que não estava guardada sem uso)
- 2 Meias grossas (evitam calos)
- Cortar as unhas dos pés

- NÃO treinar pernas na véspera (2 dias antes)
- 2 Calças para trilha
- 2 Camisas para trilha (manga longa uv)
- Roupa íntima
- Roupa de banho
- Toalha (que seca rápido)
- 1 Blusa fleece (quentinha)
- 1 Calça fleece (para dormir)
- 1 Jaqueta corta-vento impermeável
- Touca e Luvas
- Itens de higiene pessoal (compactos)
- Shit tube individual (saco estanque serve) com cal, jornal e sacolinha
- Lenço umedecido (higiene e banho)
- Óculos de sol
- Viseira ou Boné ou Bandana
- Garrafa de Hidratação (3-4 litros)
- Kit de pratinho, caneca e talher
- Chinelo ou crocs (acampamento)
- Protetor solar e labial
- Remédios habituais (caso necessite)
- Itens de segurança: Cobertor de Emergência (obrigatório), Apito e Lona (leve)

#### **Sugestões de LANCHES para trilha:**

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