



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO

Secretaria de Turismo e Viagens

# GUIA TEMÁTICO CICLOTURISMO

*Thematic Guide Cycle Tourism*  
*Guía Temática Cicloturismo*



GUIA TEMÁTICO DO ESTADO DE SÃO PAULO



Andar de bicicleta, além de ser uma atividade muito prazerosa, também é um excelente meio para se locomover e praticar esportes. As bicicletas, bikes ou magrelas são um meio de transporte tão versátil que podem ser usadas tanto na cidade quanto no campo e até mesmo em estradas com diversos tipos de terreno. E o cicloturismo é uma modalidade que vem sendo bastante praticada no Brasil, é um novo jeito de ver as atrações turísticas do nosso estado.

Percorrer grandes distâncias numa bicicleta para turistar é uma excelente forma de conhecer lugares, interagir com as pessoas, com o meio ambiente e as culturas locais. Praticantes de cicloturismo que buscam autoconehecimento, bem-estar e desafiar seus limites, encontram no estado de São Paulo cenários diversos, espetaculares na sua maioria e de um encantamento para ficar guardado na memória e inspirar para planejar o próximo roteiro.

Praticar turismo com a bike é estar em perfeita conexão com a sustentabilidade, a ecologia e a economia. E a vantagem de poder apreciar paisagens de tirar o fôlego? Com o crescimento de adeptos dessa modalidade no Brasil, principalmente no estado, existem vários roteiros que podem ser explorados nesse guia. Que tal embarcar nessa viagem, conhecer as histórias da estrada, as experiências de vida e fontes de aprendizado? Seja você um iniciante ou um ciclista experiente, há uma rota perfeita para você. Conheça o Estado de São Paulo pedalando!

## O GUIA



## THE GUIDE

*Cycling, in addition to being a very pleasant activity, is also an excellent way to get around and play sports. Bicycles, bikes or “magrelas” (like “skinny”) are such a versatile means of transportation that they can be used both in the city and in the countryside, and even on roads with different types of soil. Cycle tourism is a modality that has been widely practiced in Brazil, it is a new way of doing a sightseeing in our state.*

*Traveling great distances on a tourist bike is an excellent way to get to know places, and to interact with people, the environment, and local cultures. Cycle tourists who seek self-knowledge, well-being and challenging their limits, find in the state of São Paulo a variety of scenarios, most of them spectacular and enchanting, to keep in memory and inspire to plan the next roadmap.*

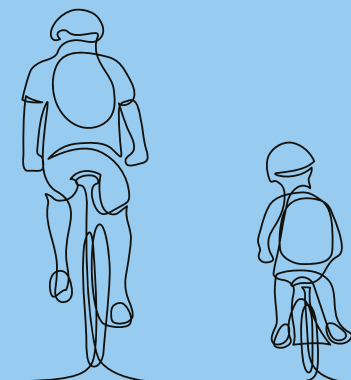
*Sightseeing with a bike is being in perfect connection with sustainability, ecology, and economy. What about the advantage of being able to enjoy breathtaking landscapes? With the growth of the fans of this modality in Brazil, mainly in the state of São Paulo, there are several itineraries that can be explored in this guide. How about embarking on this journey, knowing the stories of the road, the life experiences, and the sources of learning? Whether you're a beginner or an experienced cyclist, there's a perfect route for you. Get to know the State of São Paulo by pedaling!*

## LA GUÍA

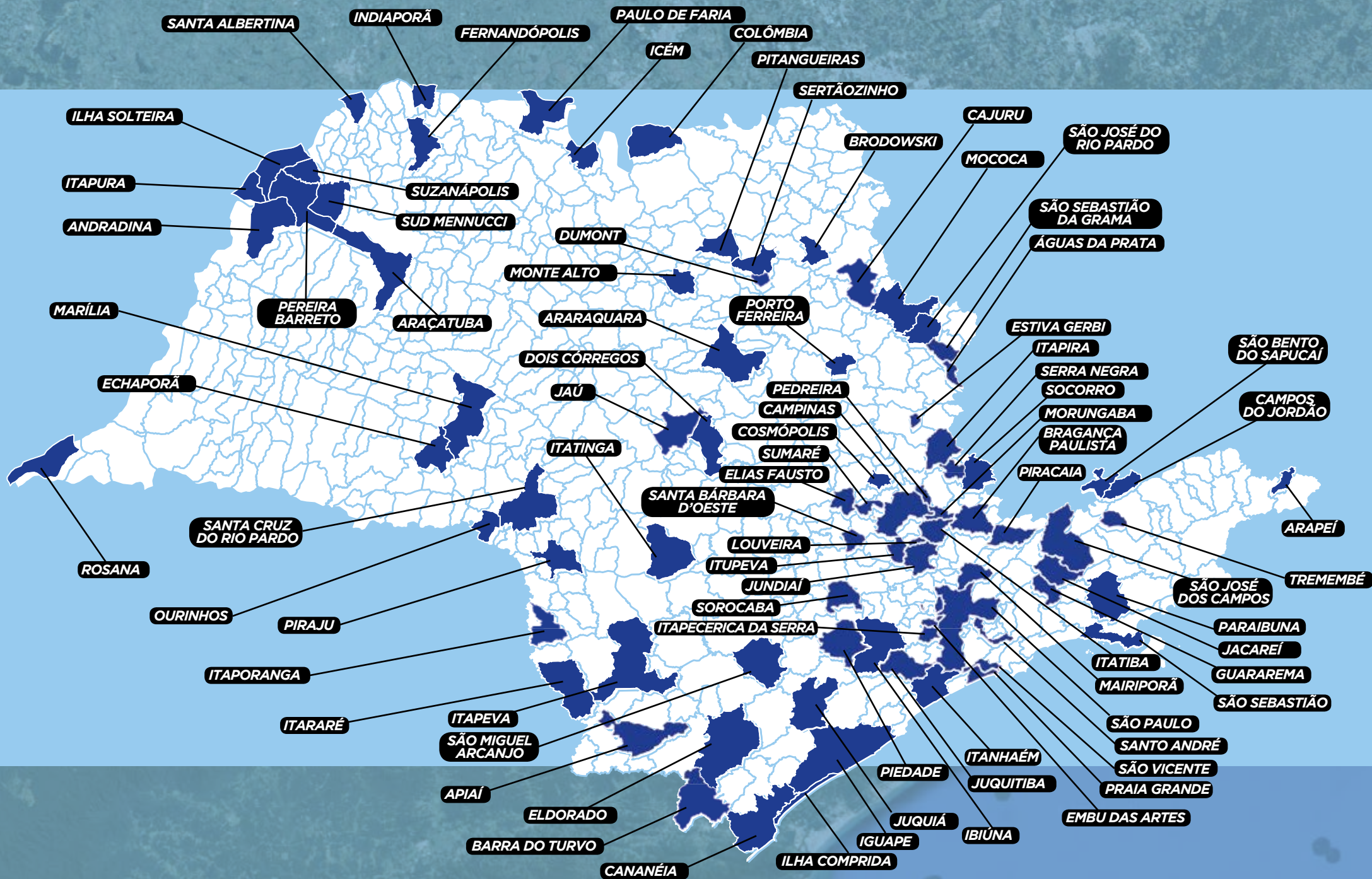
*La bicicleta, además de ser una actividad muy agradable, también es una excelente manera de moverse y hacer deporte. Las bicicletas, bikes o magrelas (que es um apodo) son un medio de transporte tan versátil que se pueden utilizar tanto en la ciudad como en el campo, incluso en carreteras con diferentes tipos de terreno. El cicloturismo es una modalidad que viene siendo muy practicada en Brasil, es una nueva forma de ver los atractivos turísticos de nuestro estado.*

*Recorrer grandes distancias en una bicicleta turística es una excelente manera de conocer lugares, interactuar con las personas, el medio ambiente y las culturas locales. Los cicloturistas que buscan el autoconocimiento, el bienestar y desafían sus límites, encuentran en el estado de São Paulo diversos escenarios, en su mayoría espectaculares y un encanto para guardar en la memoria e inspirar a planificar la próxima ruta.*

*Practicar turismo con bicicleta es estar en perfecta conexión con la sostenibilidad, la ecología y la economía. ¿Y la ventaja de poder disfrutar de paisajes impresionantes? Con el crecimiento de los fanáticos de esta modalidad en Brasil, principalmente en el estado, son varias las rutas que se pueden explorar en esta guía. ¿Qué tal emprender este viaje, conociendo las historias del camino, experiencias de vida y fuentes de aprendizaje? Tanto si eres un principiante como un ciclista experimentado, hay una ruta perfecta para ti. ¡Conozca el estado de São Paulo pedaleando!*









# ABCTUR ROTA DA NATUREZA E DA INDÚSTRIA

*ABCTUR - ROUTE OF NATURE AND INDUSTRY*  
*ABCTUR - RUTA DE NATURALEZA E DE LA INDUSTRIA*

## SANTO ANDRÉ

Foto: Sérgio Luiz Jorge - Expressão Studio



# Rotas Caminho do Sal

A Caminho do Sal é uma rota ecoturística para praticantes de mountain bike. Foi traçada em parceria entre as prefeituras de Santo André, São Bernardo do Campo e Mogi das Cruzes. Tem extensão de 53,5 km, com percurso que passa por São Bernardo, Vila de Paranapiacaba e Mogi das Cruzes. Pode ser percorrida por trechos ou pelo percurso total: o Caminho do Zanzalá, com 16 km - entre São Bernardo do Campo e Santo André, o Caminho dos Carvoeiros - com 10 km, em Santo André e o Caminho de Bento Ponteiro - com 27,5 km, entre Santo André e Mogi das Cruzes, a pé ou pedalando. Todo o trajeto tem sinalização turística, permitindo que o turista percorra de maneira independente ou com o acompanhamento de monitores.

**Site da rota:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/caminho-do-sal/>

**Tempo médio para completar a rota:** 5 horas - **Total de km:** 53.5

## Rota da Madeira

Mais um percurso indicado para mountain bike, a rota, em região serrana, com sua abundante floresta, ganhou este nome por ter sido explorada de maneira mais intensa, para alimentar as carvoarias que se espalharam pela região, depois da Segunda Guerra Mundial. Um dos principais caminhos para escoamento do produto era por essa trilha. Por esse motivo é conhecida como Rota da Madeira.

**Site da rota:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/>

**Tempo médio para completar a rota:** 4h - **Total de km:** 34

**Posto de Atendimento ao Turista:** Portal de Turismo

**Site:** [www3.santoandre.sp.gov.br](http://www3.santoandre.sp.gov.br)

**Endereço:** Rua Direita, 160 – Parte Baixa, Vila de Paranapiacaba

**Horário de Funcionamento:** De 3ª a 6ª feira, das 9 às 16h. Sábado e domingo, das 9 às 17h, exceto feriados.

**Telefone:** (11) 4439-0109

**E-mail:** [turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br](mailto:turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br)



Foto: Douglas Piton





Foto: Douglas Piton

## ROUTES CAMINHO DO SAL ROUTE

The Caminho do Sal is an ecotourism route for mountain bikers. It was designed in partnership between the municipalities of Santo André, São Bernardo do Campo, and Mogi das Cruzes. It has a length of 53.5 km, with a route that passes through São Bernardo, Vila de Paranapiacaba, and Mogi das Cruzes. It can be covered in sections or the entire route: the Caminho do Zanzalá, with 16 km - between São Bernardo do Campo and Santo André, the Caminho dos Carvoeiros - with 10 km, in Santo André, and the Caminho de Bento Ponteiro - with 27, 5 km, between Santo André and Mogi das Cruzes, on foot or cycling. The entire route has tourist signs, allowing the tourist to travel independently or with the accompaniment of tour guides. **Route website:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/caminho-do-sal/> **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 53.5 km

## MADEIRA ROUTE

Another route recommended for mountain biking, this route, in a mountainous region, with its abundant forest, got its name because it was explored more intensively to supply the charcoal production that spread across the region after the Second World War. One of the main ways for the product to flow was through this trail. For this reason, it is known as Rota da Madeira (Wood Route). **Route website:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 34 km

**Tourist Information center:** Portal de Turismo **Site:** [www3.santoandre.sp.gov.br](http://www3.santoandre.sp.gov.br) **Address:** Rua Direita, 160 - Parte Baixa, Vila de Paranapiacaba **Opening hours:** From Monday to Friday, from 9 a.m. to 4 p.m. Saturday and Sunday, from 9 a.m. to 5 p.m., except on holidays. **Telephone:** (+55 11) 4439-0109 **E-mail:** [turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br](mailto:turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br)

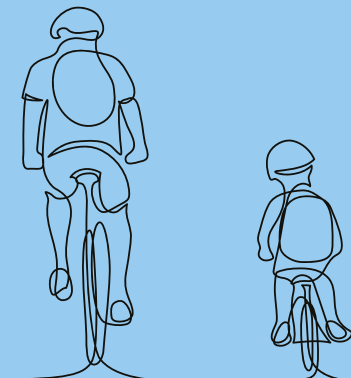
## RUTAS RUTA CAMINHOS DO SAL

El Caminho do Sal es una ruta ecoturística para ciclistas de montaña. Fue diseñado en colaboración entre los municipios de Santo André, São Bernardo do Campo y Mogi das Cruzes. Tiene una longitud de 53,5 km, con un recorrido que pasa por São Bernardo, Vila de Paranapiacaba y Mogi das Cruzes. Puede ser recorrido por tramos o el recorrido completo: el Caminho do Zanzalá, con 16 km - entre São Bernardo do Campo y Santo André, el Caminho dos Carvoeiros - con 10 km, en Santo André y el Caminho de Bento Ponteiro - con 27,5 km, entre Santo André y Mogi das Cruzes, a pie o en bicicleta. Todo el recorrido cuenta con señalización turística, lo que permite al turista transitar de forma independiente o con el acompañamiento de monitores. **Página web de la ruta:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/caminho-do-sal/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 53,5

## RUTA MADEIRA

Otra ruta recomendada para el ciclismo de montaña, la ruta, en una región montañosa, con su abundante bosque, recibió su nombre porque fue explorada más intensamente para alimentar las plantas de carbón que se extendieron por la región después de la Segunda Guerra Mundial. Una de las principales vías de circulación del producto era a través de este sendero. Por este motivo se la conoce como la Ruta de Madeira. **Página web de la ruta:** <https://www3.santoandre.sp.gov.br/turismosantoandre/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 34

**Centro de Atención al Turista:** Portal de Turismo **Site:** [www3.santoandre.sp.gov.br](http://www3.santoandre.sp.gov.br) **Dirección:** Calle Direita, 160 - Parte Baixa, Vila de Paranapiacaba **Horas de oficina:** De martes a viernes, de 9 a 16 horas. Sábado y domingo, de 9 a 17 horas, excepto festivos. **Teléfono:** (+55 11) 4439-0109 **Correo electrónico:** [turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br](mailto:turismoparanapiacaba@santoandre.sp.gov.br)





# ÁGUAS E FLORES PAULISTA

*SÃO PAULO WATER AND FLOWERS ROUTE*  
*AGUAS Y FLORES PAULISTA*

## SERRA NEGRA

Serra Negra oferece seis rotas para mountain bike e quatro rotas para praticantes de bike speed. São rotas desde o nível fácil até o intermediário, passando por caminhos rurais, trilhas e estradas de terra. Uma ótima oportunidade para se conectar com a natureza.

**Site das rotas:** <https://visiteserranegra.com.br/rotas-e-caminhos-turisticos/>



#### MOUNTAIN BIKE:

## Rota dos Lagos

Percurso de BTT, de nível fácil/médio com 476 metros de desnível, passa pelo Parque Ecológico Adib João Dib. **Total de km: 21**

## Rota do Horizonte

Percurso de BTT, de nível médio com 911 metros de altitude, passa por Lindóia – Barrio dos Costas. **Total de km: 34**

## Rota das Fazendas

Rota de mountain bike, de nível médio com 1.050 metros de altitude, passa pela Fazenda Quininha Panta Leão. **Total de km: 48**

## Rota das Curvas

Percurso de BTT, de nível médio com 655 metros de altitude, passa pelo Bairro Paiol e pelo Bairro Godoy. **Total km: 24**

## Rota do Café

Percurso de BTT, de nível médio/difícil com 1.335 metros de desnível, passa pela Fazenda Santana – Salmo XXIII. **Total de km: 43**

## Rota das Capelas

Rota de mountain bike, difícil com 1.510 metros de altitude, passa pelo Morro Shangri-la e Morro do Rosseral. **Total de km: 50**

#### SPEED:

## Rota Fundação / Café

Percurso ciclável de velocidade, nível médio com 844 metros de altitude, passa por Lindóia – Bairro da Serra. **Total de km: 36**

## Rota Queijo e Vinho

Ciclovía de velocidade, de fácil nivelamento com 451 metros de desnível, passa pelo Rotary Amparo/Itapira. **Total de km: 34**

## Destinos Rota 3

Percurso de bicicleta de velocidade, de nível fácil/médio com 650 metros de desnível, passa pelo Bairro das Posses. **Total de km: 33**

## Rota Serra / Águas

Ciclovía de velocidade, difícil com 1.342 metros de desnível, passa pelo Bairro do Barreiro / Bairro da Serra

**Total de km: 57**



## SERRA NEGRA

Serra Negra offers six mountain bike routes and four routes for bike speeders. They are routes from the easy level to the intermediate level, passing through rural paths, trails and dirt roads. A great opportunity to connect with nature. **Routes website:** <https://visiteserranegra.com.br/rotas-e-caminhos-turisticos/>

### MOUNTAIN BIKE:

#### Lake Route

Mountain bike route, easy/medium level with 476 meters of unevenness, passes through Parque Ecologico Adib Joao Dib. **Total distance:** 21 km

#### Horizon Route

Mountain bike route, medium level with 911 meters of unevenness, passes through Lindoia - Bairro dos Costas. **Total distance:** 34 km

#### Farm Route

Mountain bike route, medium level with 1.050 meters of unevenness, passes through Fazenda Quininha Panta Leao. **Total distance:** 48 km

#### Bend Route

Mountain bike route, medium level with 655 meters of unevenness, passes through Bairro Paiol and Bairro Godoy. **Total distance:** 24 km

#### Coffee Route

Mountain bike route, medium/hard level with 1.335 meters of unevenness, passes through Fazenda Santana - Salmo XXIII. **Total distance:** 43 km

#### Chapel Route

Mountain bike route, hard level with 1.510 meters of unevenness, passes through Morro Shangri-la and Morro do Rosseral. **Total distance:** 50 km

### SPEED:

#### Coffee - Foundation Route

Speed bike route, medium level with 844 meters of unevenness, passes through Lindoia - Bairro da Serra. **Total distance:** 36 km

#### Cheese and Wine Route

Speed bike route, easy level with 451 meters of unevenness, passes through Rotatoria Amparo / Itapira. **Total distance:** 34 km

#### 3 Destinations Route

Speed bike route, easy/medium level with 650 meters of unevenness, passes through Bairro das Posses. **Total distance:** 33 km

#### Waters / Mountain Range Route

Speed bike route, hard level with 1.342 meters of unevenness, passes through Bairro do Barreiro / Bairro da Serra. **Total distance:** 57 km

## SERRA NEGRA

Serra Negra ofrece seis rutas en bicicleta de montaña y cuatro rutas para ciclistas. Son rutas desde el nivel fácil hasta el nivel intermedio, pasando por caminos rurales, senderos y caminos de tierra. Una gran oportunidad para conectar con la naturaleza. **Página web de las rutas:** <https://visiteserranegra.com.br/rotas-e-caminhos-turisticos/>

### MOUNTAIN BIKE:

#### Ruta de los Lagos

Ruta en bicicleta de montaña, nivel fácil/ medio con 476 metros de desnivel, pasa por el Parque Ecologico Adib Joao Dib. **Km totales:** 21

#### Ruta del Horizonte

Ruta en bicicleta de montaña, nivel medio con 911 metros de desnivel, pasa por Lindoia - Bairro dos Costas. **Km totales:** 34

#### Ruta de las Haciendas

Ruta en bicicleta de montaña, nivel medio con 1.050 metros de desnivel, pasa por Fazenda Quininha Panta Leão. **Km totales:** 48

#### Ruta de las Curvas

Ruta en bicicleta de montaña, nivel medio con 655 metros de desnivel, pasa por el Bairro Paiol y el Bairro Godoy. **Km totales:** 24

#### Ruta del Café

Ruta en bicicleta de montaña, nivel medio/ difícil con 1.335 metros de desnivel, pasa por Fazenda Santana - Salmo XXIII. **Km totales:** 43

#### Ruta de las Capillas

Ruta en bicicleta de montaña, nivel difícil con 1.510 metros de desnivel, pasa por Morro Shangri-la y Morro do Rosseral. **Km totales:** 50

### SPEED:

#### Ruta Fundación / Café

Ruta en bicicleta de velocidad, nivel medio con 844 metros de desnivel, pasa por Lindoia - Bairro da Serra. **Km totales:** 36

#### Ruta Queso y Vino

Ruta en bicicleta de velocidad, nivel fácil con 451 metros de desnivel, pasa por Rotatoria Amparo / Itapira. **Km totales:** 34

#### Ruta 3 Destinos

Ruta en bicicleta de velocidad, nivel fácil / medio con 650 metros de desnivel, pasa por el Bairro das Posses. **Km totales:** 33

#### Ruta Sierra / Águas

Ruta en bicicleta de velocidad, nivel difícil con 1,342 metros de desnivel, pasa por el Bairro do Barreiro / Bairro da Serra. **Km totales:** 57







# PEDREIRA

Pedreira tem algumas rotas ideais para os amantes do cicloturismo. A primeira delas percorre a região entre os distritos de Joaquim Egídio e Sousas, passando por Campinas. São trajetos que incluem áreas e estradas rurais.

**Sites da rota:** [www.pedreira.sp.gov.br](http://www.pedreira.sp.gov.br) e [www.circuito-dasaguaspaulista.sp.gov.br](http://www.circuito-dasaguaspaulista.sp.gov.br)

**Tempo médio para completar a rota:** 5 horas

## Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Wanderley José Vicentini, 43

**Horário de Funcionamento:** Segunda à sexta, das 8 às 18h, sábados, domingos, feriados e pontos facultativos, das 9 às 18h

**Telefone:** (19) 3852-3663

**E-mail:** turismo@pedreira.sp.gov.br

## PEDREIRA

Pedreira has some ideal routes for cycle tourism lovers. The first one runs through the region between the districts of Joaquim Egídio and Sousas, passing through Campinas. These are routes that include rural areas and roads. **Route website:** [www.pedreira.sp.gov.br](http://www.pedreira.sp.gov.br) and [www.circuitodasaguaspaulista.sp.gov.br](http://www.circuitodasaguaspaulista.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 5 hours

### Tourist Information center

**Address:** Avenida Wanderley José Vicentini, 43 **Opening hours:** From Monday to Friday, from 8 a.m. to 6 p.m. Saturday, Sunday, and Holidays, from 9 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 19) 3852-3663 **E-mail:** turismo@pedreira.sp.gov.br

## PEDREIRA

Pedreira tiene unas rutas ideales para los amantes del cicloturismo. El primero recorre la región comprendida entre los distritos de Joaquim Egídio y Sousas, pasando por Campinas. Son rutas que incluyen zonas rurales y caminos. **Página web de la ruta:** [www.pedreira.sp.gov.br](http://www.pedreira.sp.gov.br) e [www.circuitodasaguaspaulista.sp.gov.br](http://www.circuitodasaguaspaulista.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Avenida Wanderley José Vicentini, 43 **Horas de oficina:** Lunes a viernes, de 8 a 18 horas, sábados, domingos, festivos y puntos opcionales, de 9 a 18 horas **Teléfono:** (+55 19) 3852-3663 **Correo electrónico:** turismo@pedreira.sp.gov.br

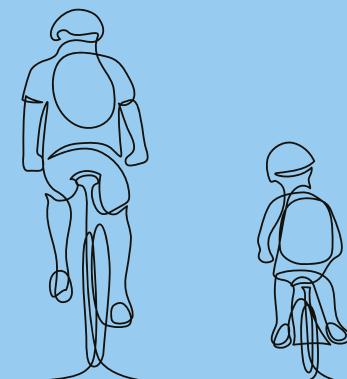




Foto: Tacio Philip Sansonovski

# SOCORRO

Os roteiros foram traçados nas estradas rurais de Socorro, também usadas por moradores, ciclistas amadores, animais, automóveis e até tratores. Tudo isso em meio à exuberância da natureza e caminhos que proporcionam detalhes muito interessantes. Outro diferencial é o turismo responsável, que faz parte do projeto Socorro 2029, que compensa a emissão de carbono, plantando e cuidando de árvores por toda a cidade.

Socorro tem chamado a atenção dos cicloturistas para contemplar as belezas naturais, conhecer lugares, trocar experiências, passear e relaxar. No campo, uma natureza ímpar, com flora e fauna encantadoras durante o percurso: são mais de 1.300km de caminhos rurais, trilhas e estradas de terra.

A cidade conta com aluguel de bikes, ciclovia e pista de downhill. Tudo pronto para receber ciclistas de todas as modalidades e níveis de preparo, para um breve passeio ou para uma longa viagem.

## ROTAS

São quatro importantes roteiros: Caminho Turístico Rio do Peixe ou Ciclovia Rio do Peixe, Caminho Turístico da Pompéia, Centro Histórico e Caminho Turístico do Cristo. Todos eles são indicados para pessoas que pedalam com frequência. No Colina Bike Park existem mais de 20 tri-

lhas, que superam os 2.600m de desnível acumulado, onde os ciclistas encontram opções para todos os níveis, dos iniciantes aos mais experientes. Os caminhos, trilhas e single tracks são sinalizados por placas, para facilitar a localização, já que a área do complexo supera os 700 mil m². Tudo segue as recomendações da IMBA (International Mountain Bicycling Association), que orienta a criação de trilhas sustentáveis, que não se deteriorem com erosão e se integrem ao meio ambiente.

Para passeios na fazenda, o hotel conta com aluguel de bicicletas mais tradicionais. Para os iniciantes em rotas de terra são indicados os caminhos: Estrada do Sol, Trilha da Mata, Tobogã do Lago, Estrada do Caseiro, Trilha do Lago, Estrada do Lago, Estrada do Cânion, BKPC X Mirante X BKPC. No nível médio a difícil, as trilhas Estrada

das Cachoeiras, Trilha da Onça, Descida Zig-Zag e Subida Zig-Zag exigem um pouco mais de habilidade dos ciclistas para encarar subidas íngremes, pedras e curvas fechadas pelo caminho. Para os pilotos mais experientes, a Trilha do Cânion, Buraco da Colina, Trilha do Fundão e Adventure Bikes / Colina Bike Park oferecem um pouco mais de emoção no passeio, o que inclui subidas que ultrapassam os 20% de inclinação em alguns trechos e uma das estradas mais altas da divisa entre São Paulo e Minas Gerais, com 1.400m de altitude. Para profissionais, Socorro sedia uma etapa da Liga Paulista de Downhill, uma importante e concorrida prova esportiva. A competição acontece na Pedra Bela Vista, que tem uma trilha de downhill, destinada apenas a atletas que treinam para provas dessa modalidade. A pista é técnica, requer conhecimento tem três km. Atletas de fim de semana, que fazem pedal de longa distância, também são bem-vindos no parque.

No roteiro, vale incluir o Rancho Pompéia, que oferece um delicioso café caipira com desconto para ciclistas. A propriedade rural e familiar produz doces, geleias, pães, biscoitos e queijo. Todos inclusos no café, servido com mais de 20 itens. Também vale conhecer o Centro Cultural Movimento – Museu 2 Rodas. O CCM apresenta em sua programação importantes personagens e histórias que deixaram um legado marcante no motociclismo e ciclismo brasileiro.

**Sites das rotas:** <https://socorrodestinoduasrodas.com.br/>

[www.socorro.tur.br/](http://www.socorro.tur.br/)





Foto: Tacio Philip Sansonovski

## Rota da Mogiana

Liga Socorro a Monte Alegre do Sul, pela estrada que substituiu a estrada de ferro Mogiana. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/routes/2929743886555212116> **Tempo médio para completar a rota:** 5h50 **Total de km:** 62

## Rota Rio do Peixe

Rota que acessa o caminho turístico do Rio do Peixe, passando por paisagens incríveis da Serra da Mantiqueira. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/routes/2923206151484673372> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 23

## Rota Pedra Bela Vista

Essa é uma rota circular com destino ao Mirante Pedra Bela Vista, um parque com uma incrível vista da Serra da Mantiqueira e das cidades da região. Um parque com restaurante, lanchonete e atividades de aventura. Um lugar especial para admirar o pôr do sol. **Site da rota:** <https://www.strava.com/routes/292656555265598442> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 26.5

## Rota Pico da Cascavel

Mais uma rota circular, essa com destino ao Mirante Pico da Cascavel, um dos pontos mais altos da cidade. Bom para apreciar a exuberância da natureza e o sol se pondo no horizonte. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/routes/2926561083668649926> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 24

## SOCORRO

The routes were created on the rural roads of Socorro, also used by residents, amateur cyclists, animals, cars and even tractors. All in the midst of the nature exuberance and the paths that present very interesting details. Another differential is the responsible tourism, which is part of the Socorro 2029 project, which offsets carbon emissions by planting and caring for trees throughout the city.

Socorro has had the attention of cyclists for contemplating the natural beauties, discovering places, exchanging experiences, strolling, and relaxing. In the countryside, unique nature, with enchanting flora and fauna along the way: there are more than 1,300 km of rural paths, trails, and dirt roads. The city has bike rentals, a bike path, and a downhill track. It is all ready to receive cyclists of all modalities and levels of preparation, for a short ride or a long trip.

### ROUTES

There are four important itineraries: Caminho Turístico Rio do Peixe (Rio do Peixe Tourist Path) or Ciclovia Rio do Peixe (Rio do Peixe Cycle Path), Turístico da Pompéia (Pompéia Tourist Path) and Centro Histórico e Caminho Turístico do Cristo (Christ Historic Center and Tourist Path). All of them are suitable

for people who cycle frequently. At Colina Bike Park there are more than 20 trails, which overcome 2,600m of different gaps, where cyclists find options for all levels, from beginners to the most experienced. The paths, trails and single tracks have signs to facilitate the location, since the area of the complex exceeds 700 thousand m<sup>2</sup>. Everything follows the recommendations of the IMBA (International Mountain Bicycling Association), which guides the creation of sustainable trails, that do not deteriorate with erosion and integrate with the environment.

For tours on the farm, the hotel offers more traditional bicycle rentals. For beginners on dirt routes, the following paths are indicated: Estrada do Sol, Trilha da Mata, Tobogã do Lago, Estrada do Caseiro, Trilha do Lago, Estrada do Lago, Estrada do Cânion, BKPC X Mirante X BKPC. In the medium to hard level, the Estrada das Cachoeiras, Trilha da Onça, Descida Zig-Zag (Zig-Zag Descending) and Subida Zig-Zag (Zig-Zag Uphill) trails require a little more skill from cyclists to face steep climbs, rocks and sharp turns along the way. For more experienced riders, the Trilha do Cânion, Buraco da Colina, Trilha do Fundão and Adventure Bikes / Colina Bike Park offer a little more excitement on the ride, which in-

cludes climbs that exceed 20% incline in some sections and a one of the highest roads on the border between the states of São Paulo and Minas Gerais, with an altitude of 1,400m. For professionals, Socorro hosts a stage of the Liga Paulista de Downhill (Paulista Downhill League), an important and popular sporting event. The competition takes place at Pedra Bela Vista, which has a downhill trail, intended only for athletes who train for downhill competitions. The track is technical, requires knowledge and has 3 km. Weekend athletes, who cycle long-distance, are also welcome at the park

In the itinerary, it is worth including the Rancho Pompéia, which offers a delicious rustic breakfast with a discount for cyclists. The rural and family property produces sweets, jellies, breads, cookies, and cheese. All included in the breakfast, served with more than 20 items. It is also worth visiting the Centro Cultural Movimento - Museu 2 Rodas (Movimento Cultural Center - 2 Rodas Museum). The CCM presents in its programming important characters and stories that left a remarkable legacy in Brazilian motorcycling and cycling. **Route websites:** <https://socorrodestinoduasrodas.com.br/> - [www.socorro.tur.br/](http://www.socorro.tur.br/)

### MOGIANA ROUTE

It connects Socorro to Monte Alegre do Sul, along the road that has replaced the Mogiana railroad. **Route website:** <https://www.strava.com/routes/2929743886555212116>  
**Average time to complete the route:** 5 hours 50 minutes **Total distance:** 62 km

### RIO DO PEIXE ROUTE

Route that accesses the tourist path of Rio do Peixe, passing through incredible landscapes of Serra da Mantiqueira. **Route website:** <https://www.strava.com/routes/2923206151484673372> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 23 km

### BELA VISTA STONE ROUTE

This is a circular route to Mirante Pedra Bela Vista, a park with an incredible view of Serra da Mantiqueira and the cities in the region. A park with a restaurant, a snack bar and adventure activities. A special place to admire the sunset. **Route website:** <https://www.strava.com/routes/2926565555265598442> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 26.5 km

### PICO DA CASCAVEL ROUTE

Another circular route, this one heading to Mirante Pico da Cascavel, one of the highest points in the city. Good for enjoying the exuberance of nature and the sun setting on the horizon. **Route website:** <https://www.strava.com/routes/2926561083668649926> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 24 km



## SOCORRO

Las rutas fueron trazadas en los caminos rurales del Socorro, también utilizados por vecinos, ciclistas aficionados, animales, automóviles y hasta tractores. Todo esto en medio de la exuberancia de la naturaleza y senderos que brindan detalles muy interesantes. Otro diferencial es el turismo responsable, que forma parte del proyecto Socorro 2029, que compensa las emisiones de carbono mediante la siembra y cuidado de árboles en toda la ciudad.

Socorro ha llamado la atención de los ciclistas para contemplar las bellezas naturales, descubrir lugares, intercambiar experiencias, pasear y relajarse. En el campo, una naturaleza única, con una flora y una fauna encantadoras a lo largo del camino: son más de 1.300 km de caminos rurales, senderos y caminos de tierra. La ciudad cuenta con alquiler de bicicletas, ciclovia y pista de descenso. Todo listo para recibir ciclistas de todas las modalidades y niveles de preparación, para un paseo corto o un viaje largo.

### RUTAS

Hay cuatro itinerarios importantes: Caminho (Sendero) Turístico Rio do Peixe o Ciclovia Rio do Peixe, Caminho Turístico da Pompéia, Centro Histórico y Caminho Turístico do Cristo. Todos ellos son aptos para personas que andan en bicicleta con frecuencia.

En Colina Bike Park hay más de 20 trilhas (senderos), que superan 2.600m de desnivel acumulado, donde los ciclistas encuentran opciones para todos los niveles, desde principiantes hasta los más experimentados. Los caminos, senderos y senderos están señalizados con carteles, para facilitar la ubicación, ya que el área del complejo supera los 700 mil m<sup>2</sup>. Todo sigue las recomendaciones de la IMBA (International Mountain Bicycling Association), que orienta la creación de senderos sostenibles, que no se deterioren con la erosión y se integren con el medio ambiente.

Para recorridos por la finca, el hotel ofrece alquileres de bicicletas más tradicionales. Para principiantes en rutas de tierra, están indicados los siguientes caminos: Estrada do Sol, Trilha da Mata, Tobogã do Lago, Estrada do Caseiro, Trilha do Lago, Estrada do Lago, Estrada do Cânion, BKPC X Mirante X BKPC. En el nivel medio a duro, los senderos Estrada das Cachoeiras, Trilha da Onça, Descida Zig-Zag y Subida Zig-Zag requieren un poco más de habilidad de los ciclistas para enfrentar subidas empinadas, rocas y curvas cerradas en el camino. Para los ciclistas más experimentados, Trilha do Cânion, Buraco da Colina, Trilha do Fundão y Adventure Bikes / Colina Bike Park ofrecen un poco más de emoción en el paseo, que incluye subidas que superan el 20% de

inclinación en algunas secciones y una de las más altas. carreteras en la frontera entre São Paulo y Minas Gerais, con una altitud de 1.400 m. Para los profesionales, Socorro acoge una etapa de la Liga Paulista de Downhill (Descenso), importante y popular evento deportivo. La competencia se lleva a cabo en Pedra Bela Vista, que cuenta con un sendero de descenso, destinado únicamente a atletas que entrenan para eventos de descenso. La pista es técnica, requiere conocimientos y tiene 3 km. Los atletas de fin de semana, que practican ciclismo de larga distancia, también son bienvenidos en el parque.

En el itinerario vale la pena incluir Rancho Pompéia, que ofrece un delicioso café rústico con descuento para ciclistas. La hacienda rural y familiar produce dulces, jaleas, panes, galletas y quesos. Todo incluido en la cafetería, servido con más de 20 artículos. También vale la pena visitar el Centro Cultural Movimento - Museu 2 Rodas. El CCM presenta en su programación personajes e historias importantes que dejaron un legado notable en el motociclismo y el ciclismo brasileños.

**Página web de las rutas:** <https://socorrodestino-duasrodas.com.br/> - [www.socorro.tur.br/](http://www.socorro.tur.br/)

### RUTA MOGIANA

Conecta Socorro con Monte Alegre do Sul, a lo largo de la carretera que reemplazó al ferrocarril de Mogiana. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/routes/2929743886555212116> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:50 horas **Km totales:** 62

### RUTA RIO DO PEIXE

Ruta que accede a la ruta turística de Rio do Peixe, pasando por increíbles paisajes de la Serra da Mantiqueira.

**Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/routes/2923206151484673372> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 23

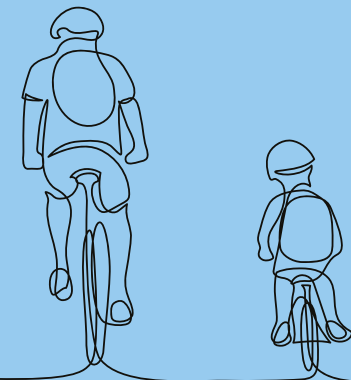
### RUTA PIEDRA BELA VISTA

Esta es una ruta circular a Mirante Pedra Bela Vista, un parque con una vista increíble de Serra da Mantiqueira y las ciudades de la región. Un parque con restaurante, snack bar y actividades de aventura. Un lugar especial para admirar la puesta de sol.

**Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/routes/2926565555265598442> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 26.5

### RUTA PICO DA CASCAVEL

Otra ruta circular, esta con dirección al Mirante Pico da Cascavel, uno de los puntos más altos de la ciudad. Bueno para disfrutar de la exuberancia de la naturaleza y la puesta de sol en el horizonte. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/routes/2926561083668649926> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 24



# ÁGUAS SERTANEJAS

*COUNTRYSIDE WATERS*  
**ÁGUAS SERTANEJAS**

**COLÔMBIA**

Foto: Ken Chu - Expressão Studio





# Rota das Capelas

Na rota há grande entrosamento entre todos os grupos da região, trocas de experiências e a prática de um turismo sustentável, proporcionando vida saudável. O cicloturismo está se desenvolvendo com passeios e a prática do esporte.

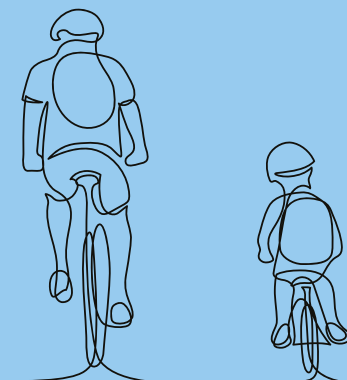
**Site da rota:** [www.colombia.sp.gov.br](http://www.colombia.sp.gov.br)

## CHAPELS ROUTE

*On the route, there is a great interaction between all groups in the region, experiences exchange and the practice of sustainable tourism, providing healthy living. Cycle tourism is developing with the tours and the sport practicing. **Route website:** [www.colombia.sp.gov.br](http://www.colombia.sp.gov.br)*

## RUTA DE LAS CAPILLAS

*En el recorrido existe gran interacción entre todos los grupos de la región, intercambios de experiencias y la práctica del turismo sostenible, propiciando una convivencia sana. El cicloturismo se está desarrollando con los recorridos y la práctica del deporte. **Página web de la ruta:** [www.colombia.sp.gov.br](http://www.colombia.sp.gov.br)*



# ÁGUAS, CULTURA E NEGÓCIOS

WATER, CULTURE AND BUSINESS / ÁGUAS, CULTURA Y NEGÓCIOS

## ICÉM



## Rota Caipira

Icém é uma das cidades que fazem parte da Rota Caipira, com trechos de aproximadamente 37km, em média, para cada um dos roteiros. São 14 cidades envolvidas e rota propõe que os trechos sejam feitos de maneira intercalada ou completa, entre os municípios de São José do Rio Preto, Mirassol, Guapiaçu, Uchoa, Cedral, Ipiguá, Monte Aprazível, Icém, Potirendaba, Catanduva, Urupês, Itajobi e Nova Granada. Em diversos trechos do roteiro estão estradas rurais e paisagens diferenciadas, com relevo predominantemente plano ou com baixo declive, sinalizados em guias ou em placas nos pontos que exigem mais preparo. **Tempo médio para completar a rota: 12h Total de km: 260**

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Pref. João Ribeiro da Silveira, nº 580, Centro, Icém-SP

**- Horário de Funcionamento:** 8h às 17h, de segunda a sexta-feira -

**Telefone:** 3282-2620 - **E-mail:** cultura01@icem.sp.gov.br

## CAIPIRA ROUTE

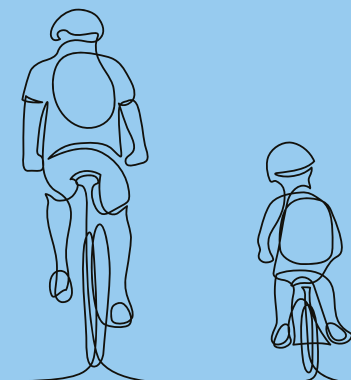
*Icém is one of the cities that are part of the Rota Caipira, with routes of approximately 37km, on average, for each of them. There are 14 cities involved and the route proposes that the sections can be done in an intercalated or complete way, between the municipalities of São José do Rio Preto, Mirassol, Guapiaçu, Uchoa, Cedral, Ipiguá, Monte Aprazível, Icém, Potirendaba, Catanduva, Urupês, Itajobi and Nova Granada. In several sections of the route there are rural roads and different landscapes, with predominantly flat or low relief, signaled on guides or on signs at the points that require more preparation. **Average time to complete the route: 12 hours Total distance: 260 km***

**Tourist Information center - Address:** Rua Pref. João Ribeiro da Silveira, nº 580, Centro, Icém-SP **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m., from Monday to Friday **Telephone:** (+55 11) 3282-2620 **E-mail:** cultura01@icem.sp.gov.br

## ruta caipira

*Icém es una de las ciudades que forman parte de la Ruta Caipira, con tramos de aproximadamente 37km, en promedio, para cada una de las rutas. Son 14 municipios involucrados y la ruta propone que los tramos se realicen de forma intercalada o completa, entre los municipios de São José do Rio Preto, Mirassol, Guapiaçu, Uchoa, Cedral, Ipiguá, Monte Aprazível, Icém, Potirendaba, Catanduva, Urupês, Itajobi y Nueva Granada. En varios tramos de la ruta hay caminos rurales y diferentes paisajes, con relieve predominantemente llano o de mayor preparación. **Tiempo promedio para completar la ruta: 12 horas Km totales: 260***

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Pref. João Ribeiro da Silveira, nº 580, Centro, Icém-SP **Horas de oficina:** De 8 a 17 horas, de lunes a viernes **Teléfono:** (+55 11) 3282-2620 **Correo electrónico:** cultura01@icem.sp.gov.br





# ALTA MOGIANA

## COLÔMBIA

A cidade recebe vários ciclistas que escolhem a cidade para pedalar. Mas também existe uma parceria entre a prefeitura e o SENAR, que organiza quatro passeios ciclísticos anuais. Outros são organizados informalmente entre um grupo de ciclistas da cidade e dos municípios vizinhos. **Site:** [www.cajuru.sp.gov.br](http://www.cajuru.sp.gov.br)

### **Posto de Atendimento ao Turista**

**Endereço:** Rua Sampaio Moreira, 420 - **Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 12h e das 13 às 17h **Telefone:** (16) 3667-9938 **E-mail:** [pmcturismo@cajuru.sp.gov.br](mailto:pmcturismo@cajuru.sp.gov.br)

Foto: Ken Chu - Expressão Studio





## CAJURU

*Cajuru receives several cyclists who choose the city to cycle. But there is also a partnership between the city hall and SENAR, which organizes four annual cycling tours. Others are informally organized between a group of cyclists from the city and neighboring municipalities.*

**Website:** [www.cajuru.sp.gov.br](http://www.cajuru.sp.gov.br)

### **Tourist Information center**

**Address:** Rua Sampaio Moreira, 420 **Opening Hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 12 p.m. and from 1p.m to 5 p.m. **Telephone:** (+55 16) 3667-9938 **E-mail:** [pmcturismo@cajuru.sp.gov.br](mailto:pmcturismo@cajuru.sp.gov.br)

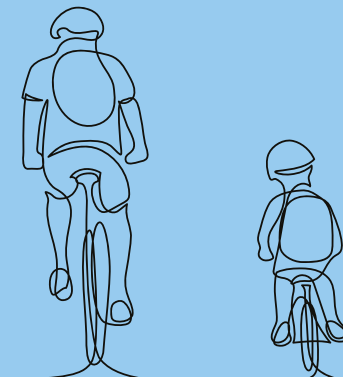
## CAJURU

*La ciudad recibe a varios ciclistas que eligen la ciudad para pedalear. Pero también existe una alianza entre la alcaldía y el SENAR, que organiza cuatro ciclovueltas anuales. Otros se organizan informalmente entre un grupo de ciclistas de la ciudad y municipios vecinos.*

**Página web:** [www.cajuru.sp.gov.br](http://www.cajuru.sp.gov.br)

### **Centro de Atención al Turista**

**Dirección:** Rua Sampaio Moreira, 420 **Horas de oficina:** Lunes a viernes, de 8 a 12 horas y de 13 a 17 horas **Teléfono:** (+55 16) 3667-9938 **Correo electrónico:** [pmcturismo@cajuru.sp.gov.br](mailto:pmcturismo@cajuru.sp.gov.br)







# ALTO CAFEZAL

## MARÍLIA

O cicloturismo de Marília e região é muito intenso e expressivo. Conta com mais de 70 trilhas e diversos grupos de ciclistas. A cidade possui mais de 1.000 propriedades rurais e algumas também atuam como pontos de apoio. Está em desenvolvimento um projeto para organizar, sinalizar e fortalecer as principais trilhas como atrações turísticas, que já possuem grande fluxo de praticantes, até mesmo de outras cidades da região.

### ROTAS

## Trilha Cratera

Trilha circular em Marília, com dificuldade técnica moderada. **Site da rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/23-07-19-cratera-39035147> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 49

## Trilha da Florida

Trilha de dificuldade moderada, em direção ao distrito de Dirceu. **Site da rota:** <https://pt.wikiloc.com/RsbtZ> **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 27

## Trilha do Pombo

Trilha circular próxima à cidade de Oriente, com dificuldade moderada. **Site da rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232> **Tempo médio para completar a rota:** 2h54 **Total de km:** 38.63

## Trilha Os 11

Trilha circular, com dificuldade técnica moderada. **Site da rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/10-11-18-os-11km-27-2km-30425004> **Tempo médio para completar a rota:** 1h32 **Total de km:** 27.35

## Trilha Os 40

Trilha circular, com grau de dificuldade médio, no sentido do município de Vera Cruz. **Site da rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/30-10-18-os-40km-30092718> **Tempo médio para completar a rota:** 2h14 **Total de km:** 38.25



## MARÍLIA

Cycle tourism in Marília and the region is very intense and expressive. It has more than 70 trails and different groups of cyclists. The city has more than 1,000 rural properties and some also work as support points. A project is being developed to organize, signal, and strengthen the main trails as tourist attractions, which already have a large flow of practitioners, even from other cities in the region

### ROUTES

#### CRATER TRAIL

Circular trail in Marília, with moderate technical difficulty. [Route website: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/23-07-19-cratera-39035147](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/23-07-19-cratera-39035147) **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 49 km

#### FLORIDA TRAIL

Moderate difficulty trail, towards the district of Dirceu. [Route website: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232) **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 27 km

#### PIGEON TRAIL

Circular trail near the city of Oriente, with moderate difficulty [Route website: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232) **Average time to complete the route:** 2 hours 54 minutes **Total distance:** 38.63 km

#### THE 11 TRAIL

Circular trail, with moderate technical difficulty. [Route website: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/10-11-18-os-11km27-2km-30425004](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/10-11-18-os-11km27-2km-30425004) **Average time to complete the route:** 1 hour 32 minutes **Total distance:** 27.35 km

#### THE 40 TRAIL

Circular trail, with a medium degree of difficulty, towards the municipality of Vera Cruz. [Route website: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/30-10-18-os-40km-30092718](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/30-10-18-os-40km-30092718) **Average time to complete the route:** 2 hours 14 minutes **Total distance:** 38.25 km

## MARÍLIA

El cicloturismo en Marília y la región es muy intenso y expresivo. Cuenta con más de 70 senderos y diferentes grupos de ciclistas. La ciudad cuenta con más de 1.000 fincas rústicas y algunas también actúan como puntos de apoyo. Se desarrolla un proyecto para ordenar, señalizar y fortalecer los principales senderos como atractivos turísticos, que ya cuentan con un gran flujo de practicantes, incluso de otras ciudades de la región.

### RUTAS

#### SENDERO DEL CRÁTER

Sendero circular en Marília, con dificultad técnica moderada. [Página web de la ruta: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/23-07-19-cratera-39035147](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/23-07-19-cratera-39035147) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 49

#### TRILHA DA FLORIDA

Sendero de dificultad moderada, dirección al distrito (barrio) de Dirceu. [Página web de la ruta: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 27

#### TRILHA DO POMBO

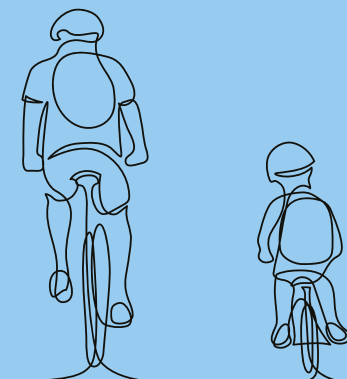
Sendero circular cercano a la ciudad de Oriente, de dificultad moderada. [Página web: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/06-04-16-pombo-12852232) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2horas 54 **Km totales:** 38.63

#### TRILHA OS 11

Sendero circular, de dificultad técnica moderada. [Site da rota: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/10-11-18-os-11km27-2km-30425004](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/10-11-18-os-11km27-2km-30425004) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:32 **Km totales:** 27.35

#### TRILHA OS 40

Sendero circular, de dificultad media, hacia el municipio de Vera Cruz. [Página web de la ruta: https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/30-10-18-os-40km-30092718](https://pt.wikiloc.com/trilhas-ciclismo/30-10-18-os-40km-30092718) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:14 **Km totales:** 38.25





# ANGRA PAULISTA



## ITAPORANGA

A cidade possui 23 bairros rurais, todos com rotas de cicloturismo, com destaque para Rota Regional Caminho das Águas, além da Rota Dores de Maria, percorrendo sete capelas por bairros rurais. Também está em fase de implantação a Rota Caminho da Fé.

Foto: Rebeca Ribeiro





## ROTAS

# Caminho das Águas

O Caminho das Águas tem como objetivo explorar o turismo regional e a religiosidade, por meio de caminhadas, cavalgadas e o cicloturismo. No seu percurso estão os municípios de Piraju, Sarutaiá, Fartura, Taguaí, Coronel Macedo e Itaporanga, passando por estradas rurais, fazendas, rios, lagos e ribeirões. Oportunidade única que proporciona momentos de reflexão, fé e interação com a natureza nos mais lindos cenários. Este percurso tem início na cidade de Piraju e destino em Itaporanga, na Abadia de Nossa Senhora de Santa Cruz.

Inspirado no milenar Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha, o Caminho das Águas, além de explorar suas características e belezas naturais, oferece a oportunidade de vivenciar a cultura local e saborear a gastronomia típica regional. **Site da Rota:** [amvapa.com.br/caminhodasaguas](http://amvapa.com.br/caminhodasaguas) **Redes Sociais:** <https://www.facebook.com/caminhoaguas.oficial> **Tempo médio para completar a rota:** 7h **Total de km:** 107

# Caminho das Dores de Maria

Rota de peregrinação por caminhada, cavalcada e cicloturismo, dentro dos limites de Itaporanga, seguindo pelas sete principais capelas rurais com denominação à Nossa Senhora, com 98% da rota em estradas rurais. **Redes sociais:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Tempo médio para completar a rota:** 5h **Total de km:** 63

# Cicloturismo rural

Rota para explorar os 23 bairros rurais de Itaporanga, cada um com sua peculiaridade e atividades que o ciclista pode escolher, como a quantidade de bairros para explorar e a quantidade de quilômetros para percorrer. **Site da rota:** [www.itaporanga.sp.gov.br](http://www.itaporanga.sp.gov.br) **Redes sociais:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 30

## Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** R. São João, 741 - Centro

**Horário de Funcionamento:** Das 8 às 12h e das 13 às 17h

**Telefone:** (15) 99614-7915

**E-mail:** [turismo@itaporanga.sp.gov.br](mailto:turismo@itaporanga.sp.gov.br)





Foto: Rebeca Ribeiro

## ITAPORANGA

The city has 23 rural neighborhoods, all of them with cycle tourism routes, especially the Regional Route Caminho das Águas, in addition to the Dolores de Maria Route, traveling through seven chapels through rural neighborhoods. The Caminho da Fé Route is also being implemented.

### ROUTE

#### WATER PATHS

The Caminho das Águas aims to explore regional tourism and religiosity, through hiking, horseback riding and cycling. On its route there are the municipalities of Piraju, Sarutaiá, Fartura, Taguaí, Coronel Macedo and Itaporanga, passing through rural roads, farms, rivers, lakes, and streams. A unique opportunity that provides moments of reflection, faith, and interaction with nature in the most beautiful scenar-

*ios. This route starts in the city of Piraju and ends in Itaporanga, at the Abbey of Nossa Senhora de Santa Cruz. Inspired by the ancient Route of Santiago de Compostela, in Spain, the Caminho das Águas, in addition to exploring its characteristics and natural beauties, offers the opportunity to experience the local culture and taste the typical regional cuisine.*

**Route website:** [www.amvapa.com.br/caminhodasaguas](http://www.amvapa.com.br/caminhodasaguas) **Social network:** <https://www.facebook.com/caminhoaguas.official> **Average time to complete the route:** 7 hours **Total distance:** 107 km

#### DORES DE MARIA PATH

Pilgrimage route by walking, horseback riding and cycling, within the limits of Itaporanga, following the seven main rural chapels named after Nossa Senhora, with 98% of the route on rural roads. **Social network:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 63 km

#### RURAL CYCLE TOURISM

A route to explore the 23 rural neighborhoods of Itaporanga, each one with its peculiarity and activities that the cyclist can choose from, such as the number of neighborhoods to explore and the number of kilometers to travel. **Route website:** [www.itaporanga.sp.gov.br](http://www.itaporanga.sp.gov.br) **Social network:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 30 km

#### Tourist Information center

**Address:** R. São João, 741 - Centro

**Opening hours:** From 8 a.m. to 12 p.m. and from 13 p.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 15) 99614-7915

**E-mail:** [turismo@itaporanga.sp.gov.br](mailto:turismo@itaporanga.sp.gov.br)





## ITAPORANGA

La ciudad tiene 23 barrios rurales, todos con rutas de cicloturismo, con destaque para la Ruta Regional Caminho das Águas, además de la Ruta Dores de Maria, que recorre siete capillas por barrios rurales. También se está implementando la Ruta Caminho da Fé.

### RUTAS

#### CAMINO DEL AGUA

El Caminho das Águas tiene como objetivo explorar el turismo regional y la religiosidad, a través de caminatas, cabalgatas y ciclismo. En su recorrido se encuentran los municipios de Piraju, Sarutaiá, Fartura, Taguaí, Coronel Macedo e Itaporanga, pasando por caminos rurales, haciendas, ríos, lagos y arroyos. Oportunidad única que brinda momentos de reflexión, fe e interacción con la naturaleza en los más bellos escenarios. Esta ruta comienza en la ciudad de Piraju y termina en Itaporanga, en la Abadía de Nossa Senhora de Santa Cruz. Inspirado en el antiguo Camino de Santiago de Compostela, en España, el Caminho das Águas, además de explorar sus características y bellezas naturales, ofrece la oportunidad de vivir la cultura local y degustar la cocina típica regional. **Página web de la ruta:** [amvapa.com.br/caminhodasaguas](http://amvapa.com.br/caminhodasaguas) **Redes Sociales:** <https://www.facebook.com/caminhoaguas.oficial> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 107

#### CAMINHO DAS DORES DE MARIA

Ruta de peregrinación a pie, a caballo y en bicicleta, dentro de los límites de Itaporanga, siguiendo las siete capelas (capillas) rurales principales que llevan el nombre de Nossa Senhora, con el 98% del recorrido por caminos rurales. **Redes sociales:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 63

#### CICLOTURISMO RURAL

Ruta para recorrer los 23 barrios rurales de Itaporanga, cada uno con su particularidad y actividades que el ciclista puede elegir, como la cantidad de barrios a recorrer y la cantidad de kilómetros a recorrer. **Página web de la ruta:** [itaporanga.sp.gov.br](http://itaporanga.sp.gov.br) **Redes sociales:** [www.facebook.com/centraldoperegrino](http://www.facebook.com/centraldoperegrino) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 30

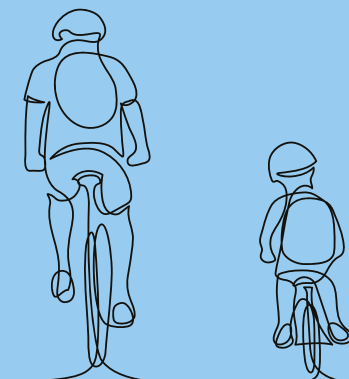
#### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua São João, 741 - Centro

**Horas de oficina:** De 8h a 12h y de 13h a 17h

**Teléfono:** (+55 15) 99614-7915

**Correo electrónico:** [turismo@itaporanga.sp.gov.br](mailto:turismo@itaporanga.sp.gov.br)







# OURINHOS

Conta com infraestrutura completa de apoio a atividade turística, hotéis, restaurantes, shopping, hospitais e pronto atendimento, bem como bicicletarias e oficinas especializadas para atendimento ao ciclista.

Ourinhos é maior cidade da Região Turística Angra Paulista e em sua área urbana possui mais de 50km de ciclovias e ciclofaixas. Trata-se do maior programa de mobilidade urbana, que estimulou a atividade do ciclismo na cidade e em toda a região. Foram criados diversos grupos de ciclistas e é muito comum o deslocamento entre as cidades do estado de São Paulo e do Paraná, já que Ourinhos fica na divisa. **Site:** <https://turismo.ourinhos.sp.gov.br/>

Foto: Adelmo Carneti - Expressão Studio





## ROTAS

### Trilha Ourinhos até Salto Grande

O percurso interliga cidades vizinhas, Ourinhos e Salto Grande, acompanhando o curso do Rio Paranapanema. A travessia da ponte de ferro, antigamente utilizada pela Estrada de Ferro Sorocabana, é um dos principais pontos de parada para aproveitar a linda paisagem da foz do Rio Pardo, que deságua no Rio Paranapanema. **Tempo médio para completar a rota:** 1h40 **Total de km:** 27

### Trilha de Ourinhos até a Usininha

No percurso, ciclistas têm a oportunidade de observar lindas paisagens às margens do Paranapanema. Além dos cenários incríveis, é comum encontrar vários animais silvestres e muitos pássaros pelo caminho. Essa trilha é recomendada tanto para ciclistas iniciantes quanto para os mais avançados. No ponto final da trilha, ciclistas encontram uma pequena usina hidrelétrica. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 24

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Rua Santa Catarina, 415 - **Horário de Funcionamento:** Todos os dias das 8 às 19h - **Telefone:** (14) 3322-4655 - **E-mail:** turismo.ourinhos@gmail.com





## OURINHOS

It has a complete infrastructure to support tourist activity, hotels, restaurants, shopping, hospitals, and emergency services, as well as bicycle shops and specialized workshops for cyclists. Ourinhos is the largest city in the Angra Paulista Tourist Region and in its urban area it has more than 50km of bike paths and lanes. It is the largest urban mobility program, which has stimulated cycling activity in the city and throughout the region. Several groups of cyclists were created, and it is very common to travel between the cities of the state of São Paulo and Paraná, since Ourinhos is right on the border. **Route websites:** <https://turismo.ourinhos.sp.gov.br/>

### ROUTES

#### OURINHOS TRAIL UNTIL SALTO GRANDE

The route connects the neighboring cities, Ourinhos and Salto Grande, following the course of the Paranapanema River. The crossing of the iron bridge, formerly used by the Sorocabana Railway, is one of the main stopping points to enjoy the beautiful landscape of the mouth of the Pardo River, which flows into the Paranapanema River. **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 27 km

#### OURINHOS TRAIL UNTIL USININHA

On the way, cyclists have the opportunity to observe beautiful landscapes on the banks of the Paranapanema River. In addition to the incredible scenery, it is common to find several wild animals and many birds along the way. This trail is recommended for both beginners and more advanced cyclists. At the trail's final point, cyclists find a small hydroelectric plant. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 24 km

**Tourist Information center - Address:** Rua Santa Catarina, 415 - **Opening hours:** Every day from 8 a.m. to 7 p.m. - **Telephone:** (+55 14) 3322-4655 - **E-mail:** turismo.ourinhos@gmail.com

## OURINHOS

Cuenta con una completa infraestructura de apoyo a la actividad turística, hoteles, restaurantes, shopping, hospitales y servicios de emergencia, además de bicicleterías y talleres especializados para ciclistas. Ourinhos es la ciudad más grande de la Región Turística de Angra Paulista y en su área urbana tiene más de 50 km de ciclovías y carriles. Es el mayor programa de movilidad urbana, que ha estimulado la actividad ciclista en la ciudad y en toda la región. Se crearon varios grupos de ciclistas y es muy común viajar entre las ciudades del estado de São Paulo y Paraná, ya que Ourinhos está en la frontera. **Páginas web:** <https://turismo.ourinhos.sp.gov.br/>

### RUTAS

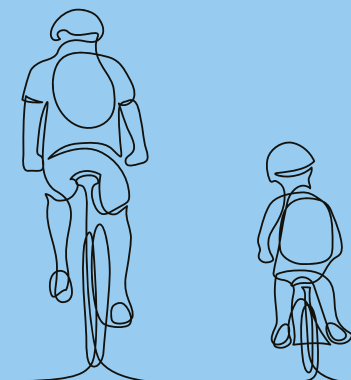
#### TRILHA OURINHOS ATÉ SALTO GRANDE

La ruta conecta las ciudades vecinas, Ourinhos y Salto Grande, siguiendo el curso del río Paranapanema. El cruce del puente de hierro, antiguamente utilizado por la Estrada de Ferro Sorocabana, es uno de los principales puntos de parada para disfrutar del hermoso paisaje de la desembocadura del Río Pardo, que desemboca en el Río Paranapanema. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:40 **Km totales:** 27

#### TRILHA DE OURINHOS ATÉ A USININHA

En el camino, los ciclistas tienen la oportunidad de observar hermosos paisajes a orillas del Paranapanema. Además del increíble paisaje, es común encontrar varios animales salvajes y muchas aves en el camino. Este sendero está recomendado tanto para principiantes como para ciclistas más avanzados. En el punto final del sendero, los ciclistas encuentran una pequeña central hidroeléctrica. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 24

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Santa Catarina, 415 **Horas de oficina:** Todos los días de 8 am a 7 pm **Teléfono:** (+55 14) 3322-4655 **Correo electrónico:** turismo.ourinhos@gmail.com







## PIRAJU

Marco inicial na cidade de Piraju, a Rota Caminho das Águas também é destaque. Todos os participantes recebem um passaporte, que deve ser carimbado nas cidades que compõem a rota. Na chegada em Itaporanga, com o passaporte completo, os turistas recebem um certificado de participação. **Site da Rota:** <https://amvapa.com.br/caminhodasaguas/> **Tempo médio para completar a rota:** 7h **Total de km:** 107

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Praça Benedito Silveira Camargo, S/N - **Horário de Funcionamento:** Finais de semana e feriados, das 9 às 17h - **Telefone:** (14) 99746-3715 - **E-mail:** [detur@estanciadepiraju.sp.gov.br](mailto:detur@estanciadepiraju.sp.gov.br)





## PIRAJU

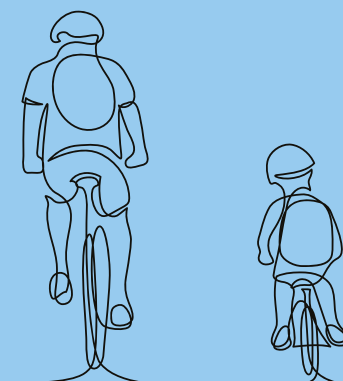
An initial landmark in the city of Piraju, the Caminho das Águas Route is also a highlight. All participants receive a passport, which must be stamped in the cities that make up the route. Upon arrival in Itaporanga, with a complete passport, tourists receive a certificate of participation. [Route web-site: https://amvapa.com.br/caminhodasaguas/](https://amvapa.com.br/caminhodasaguas/) **Average time to complete the route:** 7 hours **Total distance:** 107 km

**Tourist Information center - Address:** Praça Benedito Silveira Camargo, S/N - **Opening hours:** Weekends and holidays, from 9 a.m. to 5 p.m.  
**Telephone:** (+55 14) 99746-3715 - **E-mail:** [detur@estanciadepiraju.sp.gov.br](mailto:detur@estanciadepiraju.sp.gov.br)

## PIRAJU

Un hito inicial en la ciudad de Piraju, la Ruta Caminho das Águas también es un destaque. Todos los participantes reciben un pasaporte, que debe ser sellado en las ciudades que componen la ruta. Al llegar a Itaporanga, con el pasaporte completo, los turistas reciben un certificado de participación. [Página web de la ruta: https://amvapa.com.br/caminhodasaguas/](https://amvapa.com.br/caminhodasaguas/) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 107

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Praça Benedito Silveira Camargo, S/N - **Horas de oficina:** Fines de semana y festivos de 9 a 17 hs.  
**Teléfono:** (+55 14) 99746-3715 - **Correo electrónico:** [detur@estanciadepiraju.sp.gov.br](mailto:detur@estanciadepiraju.sp.gov.br)



# SANTA CRUZ DO RIO PARDO

Diversos grupos de ciclistas se reúnem em pontos estratégicos, próximos ao início das rotas, diariamente, no final do dia ou durante a madrugada.

A cidade possui diversas rotas criadas pelos ciclistas residentes e as rotas oficiais, por bairros rurais, por entre capelas e rios. São elas: Rota Light, Rota Cachoeira, Rota Hard, Rota Paloma, Rota Tarja Preta, Rota Caporanga – Misto, Rota Oncinha, Rota Jacutinga, Rota Caporanga – Terra, Rota Caporanga - Ribeirão dos Cubas, Rota Água Azul, Rota Douradão, Rota Capivara, Rota Light Estação, Rota Sodrélia, Rota Jamaica e Rota Orquidário.





## ROTAS

### Rota Light

Rota de modalidade mountain bike, tem um percurso leve e ideal para quem está iniciando a prática do ciclismo nessa categoria. Trajeto de estrada de terra pela conhecida “estrada boiadeira”, com 316m de elevação, seu ponto de saída é na Rodovia Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, no km 319. No caminho, belas paisagens, um vale incrível, plantações agrícolas diversas, um pedaço de mata nativa e uma capelinha na beira da estrada. **Site da Rota:** <https://www.santacruzadoriopardo.sp.gov.br/calendario-de-eventos> **Redes Sociais:** <https://www.facebook.com/auedoturismoscrp> / <https://www.instagram.com/auedoturismoscrp> / **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 16

### Rota Cachoeira

Também para os adeptos de mountain bike, percorre uma estrada rural, com 392 metros de elevação. Ponto de partida é na Rodovia Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, no km 319. No trajeto, a desafiadora subida do bairro rural Três Ilhas, a Capela do Padroeiro São Domingos e a Capela Nossa Senhora da Imaculada Conceição do bairro Cachoeira. A rota margeia uma estreita mata nativa, plantações de eucaliptos e presenteia as pessoas com uma linda e ampla vista para o vale. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 22

### Rota Hard

Outra rota ideal para a modalidade de mountain bike, é considerada difícil. A elevação tem aproximadamente 640m. Nesse percurso estão patrimônios e bairros rurais, a antiga Venda do Buzolin, capelas com belos traços arquitetônicos, lindas paisagens, plantações, vale, ribeirão e uma mata nativa. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 32

### Rota Paloma

Nessa rota, também indicada para os praticantes de mountain bike, a elevação aproximada é de 492 metros. No percurso, lindas paisagens de plantação agrícola, eucalipto e uma mata nativa enriquecem o local. Como apoio terá a Venda do Buzolin e o Posto Graal Paloma, para refeição, hidratação e conforto durante as pausas.

**Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 32

### Rota Tarja Preta

Indicada para a praticantes de mountain bike, tem o percurso mais longo da região, com elevação aproximada de cinquenta e oito quilômetros de estrada de rural, com o tempo médio de quatro horas e trinta minutos de passeio e elevação aproximada de 1080m. A estrada “Boiadeira” possui grandes subidas, patrimônios e bairros rurais, lindas capelas de belos traços arquitetônicos conservados, paisagens de plantação agrícola, eucalipto, uma mata nativa e o Rio Pardo, cruzando várias pontes seu curso. **Tempo médio para completar a rota:** 4h30 **Total de km:** 58

### Rota Caporanga Misto

Rota Caporanga Misto, para mountain bike, é um percurso longo por estrada rural, com elevação aproximada de 530m. Esse percurso passa pela famosa estrada “Boiadeira” e um pequeno trajeto de estrada asfaltada no sentido do Distrito de Caporanga. Também fazem parte vários bairros rurais, com capelas, paisagens e plantações. **Tempo médio para completar a rota:** 4h30 **Total de km:** 60



## Rota Jacutinga

Esse trajeto de estrada rural, indicado para os praticantes de mountain bike, tem cerca de 538m de elevação. O ponto de saída fica na Avenida Clementino Gonçalves, antes do trevo. O percurso passa pela antiga Venda da Onça, bairros e capelas rurais, o açude da Fazenda Solange lindas paisagens de plantação agrícola e eucalipto. Além de estradas rurais, o ciclista percorrerá um pequeno trajeto de aproximadamente três quilômetros na Rodovia Orlando Quagliato, para o acesso para o final da rota. **Tempo médio para completar a rota: 3h Total de km: 35**

## Rota da Oncinha

Especial para os adeptos de mountain bike, tem 390m de elevação. O ponto de saída é na Avenida Clementino Gonçalves, antes do trevo. No trajeto, o açude da Fazenda Solange, bairros e capelas rurais, plantação agrícola e eucaliptos. Também passa por um trecho da Rodovia Orlando Quagliato, para acesso ao final da rota. **Tempo médio para completar a rota: 2h30 Total de km: 30**

## Rota Jamaica

Percurso de nível moderado, em estrada rural, para praticantes de mountain bike, com elevação aproximada de 307 metros. O ponto de saída deste trajeto fica próximo à Escola do SESI e segue por estradas rurais, avistando paisagens de plantações agrícolas e o cruzamento de um viaduto. O destaque fica por conta da Capela São Judas Tadeu, na Fazenda Jamaica, com ricos traços arquitetônicos de influência barroca que desperta muita admiração pela beleza dos detalhes. **Tempo médio para completar a rota: 2h30 Total de km: 28**

## Rota Orquidário

Percurso em estrada de rural, com e elevação aproximada de 278 metros. Um contato com a natureza especial, plantação de cana e um ponto alto: a bela vista da cidade. Como apoio, ciclistas podem contar com o Restaurante Orquidário e o Posto Cruzadão, para refeição, hidratação e conforto. **Tempo médio para completar a rota: 2h30 Total de km: 28**

## Rota Água Azul

Um percurso leve e ideal para quem está iniciando a prática de mountain bike, em estrada de rural, com elevação aproximada de 192 metros. O ponto de saída deste trajeto está próximo a Expopardo Recinto de Exposições José Rosso. A rota segue por estradas rurais, passa por paisagem de plantação de cana e chega no ponto alto no com vista da cidade. **Tempo médio para completar a rota: 1h Total de km: 13**



## Rota Douradão

Considerada leve e ideal para quem está iniciando a prática, em estrada de rural, e elevação de 261 metros. O ponto de saída deste trajeto, ideal para os amantes de mountain bike, está próximo a Expopardo, seguindo por estradas e bairros rurais, lindas paisagens e o Rio Pardo, onde podem-se avistar a ilha e a balsa. **Tempo médio para completar a rota: 1h30 Total de km: 14**



## Rota Capivara

Essa rota tem um percurso moderado e longo, em estrada rural, ideal para praticantes de mountain bike e elevação de 723m. Além das lindas paisagens, o caminho foi traçado às margens do Rio Pardo, com vistas incríveis da ilha e da balsa. Passará pela Usina Velha, fazendas, cruzará pontes do rio. A linda Capela de Nossa Senhora do Rosário, localizada no bairro Águas das Pedras, também é destaque. **Tempo médio para completar a rota: 3h30 Total de km: 40**

## Rota Sodrélia

Com elevação aproximada de 280 metros, o ponto de saída deste trajeto fica próximo ao Museu Histórico Ernesto Bertoldi. Os turistas praticantes de mountain bike seguem em estrada de asfalto pelo bairro Parque das Nações e por estrada de terra nos bairros rurais. No caminho, paisagens de plantações agrícolas e, chegando no Distrito de Sodrélia, parada para observar a Capela Nossa Senhora Imaculada Conceição Aparecida e Sagrado Coração de Jesus, que possui uma torre com lindos traços de arquitetura gótica. Como apoio, no Distrito de Sodrélia, pontos para refeição, hidratação e conforto. **Tempo médio para completar a rota: 2h Total de km: 28**

## Rota Light-Estação

Leve e ideal para quem está iniciando a prática de mountain bike. O trajeto tem cerca de 165 metros de elevação, seguindo em estrada asfaltada pelo bairro Parque das Nações e estrada de terra nos bairros rurais. No caminho, várias paisagens de plantações agrícolas. **Tempo médio para completar a rota: 1h30 Total de km: 14**

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Tiradentes, 438, Centro

**Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 11h30 e das 13 às 17h

**Telefone:** (14)3332-1015

**E-mail:** turismo@santacruzadoriopardo.sp.gov.br

## SANTA CRUZ DO RIO PARDO

Several groups of cyclists gather at strategic points, near the beginning of the routes, daily, at the end of the day or during the dawn. The city has several routes created by resident cyclists and official routes, through rural neighborhoods, between chapels and rivers. They are: Rota Light, Rota Cachoeira, Rota Hard, Rota Paloma, Rota Tarja Preta, Rota Caporanga – Misto, Rota Oncinha, Rota Jacutinga, Rota Caporanga – Terra, Rota Caporanga – Ribeirão dos Cubas, Rota Água Azul, Rota Douradão, Rota Capivara, Rota Light Estação, Rota Sodrélia, Rota Jamaica e Rota Orquidário.

### ROUTES

#### LIGHT ROUTE

A mountain bike route, it has a light and ideal route for those who are starting to practice cycling in this category. A dirt road along the well-known “estrada boiadeira” (like “cattle road”), with an elevation of 316m. Its starting point is at the road Rodovia Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, at km 319. On the way, beautiful landscapes, an incredible valley, diverse agricultural plantations, part of a native forest and a chapel on the side of the road. **Route website:** <https://www.santacruzoriopardo.sp.gov.br/calendario-de-eventos> **Social network:** <https://www.facebook.com/auedoturismoscrp/> - <https://www.instagram.com/auedoturismoscrp/> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 16 km

#### WATERFALL ROUTE

It is also for mountain bike fans, running along a rural road, with an elevation of 392 meters. Its starting point is on the road Rodovia Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, at km 319. On the way, the challenging climb of the rural district Três Ilhas, the chapels Capela do Patroeiro São Domingos and Capela Nossa Senhora da Imaculada Conceição in the Cachoeira district. The route borders a narrow native forest, eucalyptus plantations and give people a beautiful and wide view of the valley. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 22 km

#### HARD ROUTE

Another ideal route for mountain biking, considered difficult. The elevation is approximately 640m. Along this route there are heritage sites and rural neighborhoods, the old shop Venda do Buzolin, chapels with beautiful architectural features, beautiful landscapes, plantations, a valley, a stream, and a native forest. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 32 km

#### PALOMA ROUTE

On this route, also suitable for mountain bikers, the approximate elevation is 492 meters. On the way, the shop Venda do Buzolin, beautiful landscapes of agricultural plantation, eucalyptus, and native forest. As a supporting point, you will have the “Venda” and the Graal Paloma Gas Station, for meals, hydration, and comfort during the breaks. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 32 km

#### TARJA PRETA ROUTE

Recommended for mountain bikers, it has the longest route in the region, with an approximate elevation of 58 km of rural road, with an average time of 4 hours and 30 minutes of ride and an approximate elevation of 1080m. On its way, along the famous “Boiadeira” (the “cattle road”), large climbs, the shop Venda do Buzolin, heritage and rural neighborhoods, beautiful chapels with beautiful preserved architectural features, landscapes of agricultural plantations, eucalyptus, a native forest, and the Pardo River, crossing several bridges along its course. As supporting point, the shops Venda do Buzolin and Venda do Figueira de São Roque, and Lageado District, in the municipality of Bernardino de Campos. **Average time to complete the route:** 4 hours 30 minutes **Total distance:** 58 km

#### CAPORANGA MISTO ROUTE

Rota Caporanga Misto, for mountain biking, is a long route along a rural road, with an elevation of approximately 530m. This route passes through the famous “Boiadeira” (the “cattle road”) and a small part paved road towards the Caporanga District. The shop Venda do Buzolin and several rural neigh-

borhoods are also part of it, with chapels, landscapes, and plantations. As supporting points there are the shop Venda do Buzolin, the Graal Paloma Gas Station and the Caporanga District, for meals, hydration, and comfort. **Average time to complete the route:** 4 hours 30 minutes **Total distance:** 60 km

#### JACUTINGA ROUTE

This rural road route, suitable for practitioners and mountain bikers, has an elevation of about 538m. The starting point is on the avenue Avenida Clementino Gonçalves, before the interchange. On the route, the old shop Venda da Onça, rural neighborhoods and chapels, the weir of the farm Fazenda Solange, beautiful landscapes of agricultural plantations, and eucalyptus. In addition to rural roads, there is a short route of approximately 3 km on the road Rodovia Orlando Quagliato, for accessing the end of the route. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 35 km

#### SMALL JAGUAR ROUTE

Specially for mountain bike fans, it has an elevation of 390m. The starting point is at the avenue Avenida Clementino Gonçalves, before the interchange. Along the way, the weir of the farm Fazenda Solange Farm, rural neighborhoods and chapels, agricultural plantations, and eucalyptus trees. It also passes through a section of the road Rodovia Orlando Quagliato, for accessing the end of the route. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 30 km

#### JAMAICA ROUTE

Moderate level course on a rural road, for mountain bikers, with an elevation of approximately 307 meters. The starting point of this route is close to the SESI School and follows rural roads, landscapes of agricultural plantations, and the crossing of a viaduct. The highlight is the São Judas Tadeu Chapel, at the farm Fazenda Jamaica, with rich architectural features of baroque influence that arouses admiration for the beauty of the details. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 28 km





#### **ORCHID GARDEN ROUTE**

A route on a rural road, with an approximate elevation of 278 meters. A special contact with nature, sugarcane plantations, and a highlight: the beautiful view of the city. As supporting point, cyclists can count on the Orquidário Restaurant and the Cruzadão Gas Station, for meals, hydration, and comfort. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 28 km

#### **BLUE WATER ROUTE**

A light and ideal route for those who are starting to practice mountain biking, on a rural road with an elevation of approximately 192 meters. The starting

point of this route is near the Expopardo Recinto de Exposições José Rosso. The route follows rural roads, passes through a landscape of sugarcane plantations, and arrives at the highest point overlooking the city. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 13 km

#### **GOLDEN ROUTE**

Considered light and ideal for those who are starting to practice on rural roads, with an elevation of 261 meters. The starting point of this route, ideal for mountain biking lovers, is close to Expopardo, following roads and rural neighborhoods, beautiful landscapes, and the Pardo River, where you can see

the island and the ferry. **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 14 km

#### **CAPYBARA ROUTE**

This route has a moderate and long route on a rural road, ideal for mountain bikers, with an elevation of 723m. In addition to the beautiful landscapes, the path was traced along the banks of the Pardo River, with incredible views of the island and the ferry. You will pass by the plant Usina Velha, farms, and cross river bridges. The beautiful Chapel of Nossa Senhora do Rosário, located in the Águas das Pedras neighborhood, is also a highlight. **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 40 km

#### **SODRÉLIA ROUTE**

With an elevation of approximately 280 meters, the starting point of this route is close to the Ernesto Bertoldi Historical Museum. Tourists who practice mountain bikes follow an asphalt road through the Parque das Nações neighborhood and dirt roads in rural neighborhoods. On the way, landscapes of agricultural plantations and, arriving in the Sodrélia District, a stopping point to observe the Chapel of Nossa Senhora Imaculada Conceição Aparecida e Sagrado Coração de Jesus, which has a tower with beautiful traces of Gothic architecture. As supporting point, in the Sodrélia District, points for meals, hydration, and comfort. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 28 km

#### **LIGHT-STATION ROUTE**

Light and ideal for those who are starting to practice mountain biking. The route is about 165 meters high, following a paved road through the Parque das Nações neighborhood and a dirt road in rural neighborhoods. On the way, several landscapes of agricultural plantations. **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 14 km

#### **Tourist information Center**

**Address:** Avenida Tiradentes, 438, Centro

**Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 11:30 a.m. and from 1 p.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 14)3332-1015

**E-mail:** turismo@santacruzdoripardo.sp.gov.br

## SANTA CRUZ DO RIO PARDO

Varios grupos de ciclistas se reúnen en puntos estratégicos, cercanos al inicio de las rutas, diariamente, al final del día o durante la madrugada. La ciudad cuenta con varias rutas creadas por ciclistas residentes y rutas oficiales, por barrios rurales, entre ermitas y ríos. Son ellas: Rota Light, Rota Cachoeira, Rota Hard, Rota Paloma, Rota Tarja Preta, Rota Caporanga – Misto, Rota Oncinha, Rota Jacutinga, Rota Caporanga – Terra, Rota Caporanga – Ribeirão dos Cubas, Rota Água Azul, Rota Douradão, Rota Capivara, Rota Light Estação, Rota Sodrélia, Rota Jamaica y Rota Orquidário.

### RUTAS

#### ROTA LIGHT

Ruta en bicicleta de montaña, tiene un recorrido ligero e ideal para aquellos que se inician en la práctica del ciclismo en esta categoría. Camino de tierra por el conocido “camino de la botella”, con una elevación de 316m, su punto de partida está en la Rodovia Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, en el km 319. En el camino, hermosos paisajes, un valle increíble, diversas plantaciones agrícolas, una de bosque nativo y una capilla al costado de la carretera. **Página web de la ruta:** <https://www.santacruzdoripardo.sp.gov.br/calendario-de-eventos/> **Redes Sociales:** <https://www.facebook.com/auedoturismoscrp/> <https://www.instagram.com/auedoturismoscrp/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 16

#### ROTA CACHOEIRA

También para los aficionados a la bicicleta de montaña, discurre por un camino rural, con un desnivel de 392 metros. El punto de partida es la Carretera Engenheiro João Baptista Cabral Rennó, en el km 319. En el camino, la desafiante subida del distrito rural Três Ilhas, la Capela do Patroeiro São Domingos y la Capela Nossa Senhora da Imaculada Conceição en el distrito de Cachoeira. La ruta bordea un angosto bosque nativo, plantaciones de eucaliptos y presenta a las personas una hermosa y amplia vista del valle. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 22

#### ROTA HARD

Otra ruta ideal para la bicicleta de montaña es la considerada difícil. La elevación es de aproximadamente 640m. A lo largo de esta ruta se encuentran sitios patrimoniales y barrios rurales, la antigua Venda do Buzolin, ermitas con hermosas características arquitectónicas, hermosos paisajes, plantaciones, un valle, un arroyo y un bosque nativo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 32

#### ROTA PALOMA

En esta ruta, también apta para ciclistas de montaña, el desnivel aproximado es de 492 metros. En el camino, la Venda do Buzolin, hermosos paisajes de plantaciones agrícolas, eucaliptos y bosque nativo. Como apoyo dispondrás de la Venda y el Posto Graal Paloma, para alimentación, hidratación y comodidad en los descansos. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 32

#### ROTA TARJA PRETA

Recomendado para ciclistas de montaña, tiene el recorrido más largo de la región, con un desnivel aproximado de cincuenta y ocho kilómetros de camino rural, con un tiempo promedio de cuatro horas y treinta minutos de recorrido y un desnivel aproximado de 1080m. A su paso, por la famosa carretera de la “Boiadeira”, grandes subidas, Venda do Buzolin, barrios patrimoniales y rurales, bellas ermitas con bellos elementos arquitectónicos conservados, paisajes de plantaciones agrícolas, eucaliptos, bosque autóctono y el río Pardo, atravesando varios puentes su curso. Como apoyo, la Venda do Buzolin, la Venda do Figueira de São Roque y el Distrito de Lageado, ya en el municipio de Bernardino de Campos. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4,5 horas **Km totales:** 58

#### ROTA CAPORANGA MISTO

Rota Caporanga Misto, para ciclismo de montaña, es una ruta larga por un camino rural, con una elevación de aproximadamente 530 m. Esta ruta pasa por la famosa carretera “Boiadeira” y una pequeña carretera asfaltada hacia el distrito de Caporanga. También forman parte de ella la Venda do Buzolin y

varios barrios rurales, con ermitas, paisajes y plantaciones. Como apoyo están la Venda do Buzolin, Posto Graal Paloma y el Distrito de Caporanga, para alimentación, hidratación y comodidad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4,5 horas **Km totales:** 60

#### ROTA JACUTINGA

Esta ruta de camino rural, apta para practicantes y ciclistas de montaña, tiene un desnivel de unos 538m. El punto de partida está en la Avenida Clementino Gonçalves, antes del intercambio. La ruta, la antigua Venda da Onça, barrios rurales y ermitas, el embalse de Fazenda Solange, hermosos paisajes de plantaciones agrícolas y eucaliptos. Además de los caminos rurales, recorrerá un recorrido corto de aproximadamente tres kilómetros por la Autopista Orlando Quagliato, para acceder al final de la ruta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 35

#### ROTA DA ONCINHA

Especial para los amantes del mountain bike, tiene un desnivel de 390m. El punto de partida está en la Avenida Clementino Gonçalves, antes del intercambio. En el camino, el azul de la Granja Solange, barrios rurales y ermitas, plantaciones agrícolas y eucaliptos. También pasa por un tramo de la Carretera Orlando Quagliato, para acceder al final de la ruta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 30

#### ROTA JAMAICA

Recorrido de nivel medio, en camino rural, para ciclistas de montaña, con un desnivel aproximado de 307 metros. El punto de partida de esta ruta está cerca del Escola do SESI (Colegio SESI) y sigue caminos rurales, viendo paisajes de plantaciones agrícolas y el cruce de un viaducto. Se destaca la Capela São Judas Tadeu, en Fazenda Jamaica, con ricas características arquitectónicas de influencia barroca que despierta mucha admiración por la belleza de los detalles. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 28





### ROTA ORQUIDÁRIO

Ruta por camino rural, con un desnivel aproximado de 278 metros. Un contacto especial con la naturaleza, las plantaciones de caña de azúcar y lo más destacado: la hermosa vista de la ciudad. Como apoyo, los ciclistas pueden contar con el Restaurante Orquidário y el Posto Cruzadão, para alimentación, hidratación y comodidad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 28

### ROTA ÁGUA AZUL

Una ruta ligera y ideal para los que se inician en la práctica de la bicicleta de montaña, por un camino rural, con un desnivel aproximado de 192 metros. El punto de partida de esta ruta está cerca de Expopardo Recinto de Exposições José Rosso. La ruta sigue caminos rurales, atraviesa un paisaje de plantaciones de caña de azúcar y llega al punto más alto que domina la ciudad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 13

### ROTA DORADA

Considerado ligero y ideal para quienes se inician en la práctica, en caminos rurales, y elevación de 261 metros. El punto de partida de esta ruta, ideal para los amantes de la bicicleta de montaña, está cerca de Expopardo, siguiendo caminos y barrios rurales, hermosos paisajes y Río Pardo, donde se puede ver la isla y el ferry. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 14

### ROTA DE LOS CARPINCHOS

Esta ruta tiene un recorrido moderado y largo, por camino rural, ideal para ciclistas de montaña y un desnivel de 723m. Además de los hermosos paisajes, el camino se trazó a orillas del río Pardo, con unas vistas increíbles de la isla y del ferry. Pasará por Usina Velha, haciendas, cruzará puentes fluviales. También se destaca la hermosa Capela de Nossa Senhora do Rosário, ubicada en el barrio Águas das Pedras. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3,5 horas **Km totales:** 40

### ROTA SODRÉLIA

Con una elevación aproximada de 280 metros, el punto de partida de esta ruta está cerca del Museo Histórico Ernesto Bertoldi. Los turistas que practican y ciclistas de montaña siguen un camino asfaltado por el barrio Parque das Nações y por camino de terracería en los barrios rurales. En el camino, paisajes de plantaciones agrícolas y, llegando al Distrito de Sodrélia, parada para observar la Capilla de Nossa Senhora Imaculada Conceição Aparecida y Sagrado Corazón de Jesús, que tiene una torre con hermosos vestigios de arquitectura gótica. Como apoyo, en el Distrito de Sodrélia, puntos de alimentación, hidratación y confort. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 28

### ROTA LIGHT-ESTAÇÃO

Ligera y ideal para los que se inician en la práctica y ciclistas de montaña. El recorrido tiene cerca de 165 metros de altura, siguiendo un camino pavimentado por el barrio Parque das Nações y un camino de terracería en los barrios rurales. En el camino, varios paisajes de plantaciones agrícolas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 14

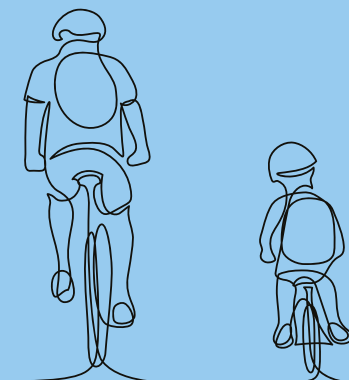
### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Avenida Tiradentes, 438, Centro

**Horas de oficina:** Lunes a viernes, de 8 a 11:30 y de 13 a 17 horas

**Teléfono:** (+55 14)3332-1015

**Correo electrónico:** turismo@santacruzdoripardo.sp.gov.br





# REGIÃO TURÍSTICA BEM VIVER

*“BEM VIVER” TOURIST REGION / REGIÓN TURÍSTICA “BEM VIVER”*

## CAMPINAS

O projeto de cicloturismo de Campinas e região tem uma malha de aproximadamente 220 km de estradas vicinais. Participam do projeto os municípios de Amparo, Morungaba, Itatiba, Pedreira, Jaguariúna e Campinas. Além de servir como rota de acesso entre áreas urbanas de Campinas e Valinhos, pela Rodovia D. Pedro I e o Centro Histórico de Joaquim Egídio, o percurso possui um trecho em estrada de terra, ideais para praticar mountain bike e BMX Cross.

Foto: Paulo Li - Expressão Studio



## ROTAS

### Rota Cicloturística Sousas e Joaquim Egídio

Pra quem faz as trilhas e gosta de turismo de aventura, Joaquim Egídio guarda cachoeira na região de Pedreira. Já as trilhas de bike em Sousas e Joaquim Egídio são fáceis de chegar e têm fácil acesso pela rodovia Dom Pedro. Além disso, conta com lugares para estacionar o carro e já começar a pedalar nas vias de acesso às trilhas de ciclismo. **Site da Rota:** <https://conheca.campinas.sp.gov.br/arquivos> **Tempo médio para completar a rota:** 15 minutos **Total de km:** 3

### Trilha da Bocaina e Salto Grande

A rota possui trechos de mountain bike e cross-country. É formada por um estradão de terra e fica localizada no Distrito de Joaquim Egídio, em Campinas, com acesso pela Estrada das Cabras. Passa pela Estrada da Usina Salto Grande e pela Estrada da Bocaina. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 16

### Trilha Malabar

Também para praticantes de mountain bike e cross-country, a trilha Malabar possui um trajeto entre o entroncamento com a trilha da Bocaina até o acesso com a Rodovia Dom Pedro I, no sentido Itatiba. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 6

### Trilha Girolândia

Trecho localizado na bifurcação entre a rodovia D. Pedro I, com acesso a Itatiba e Morungaba, ideal para os praticantes de mountain bike e cross-country. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 11

### Trilha do Capricórnio

Rota de acesso ao Observatório Municipal de Campinas, em estrada de terra, especial para praticantes de mountain bike e BMX cross. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 8

### Trilha São Joaquim

O trecho, em estrada de terra, é ideal para mountain bike e cross country e percorre um acesso à área rural, próxima a diversos sítios. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 3

## Trilha do Cristo

Rota de acesso ao Cruzeiro e ao Cristo de Morungaba, em estrada de terra. Essa trilha turística, ideal para a prática de mountain bike, passa pelo distrito de Joaquim Egídio. Ao longo do percurso, os cicloturistas passam por fazendas com arquitetura histórica, religiosa e contam com a natureza exuberante, com destaque para as belas cachoeiras. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 3

## Trilha Bonfim

A rota possui trechos que permitem atividades de mountain bike e cross country e interliga a Rodovia das Cabras à região da Fazenda Bonfim. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 5

## Trilha do Tino

O trajeto da trilha, ideal para praticantes de mountain bike e cross country, percorre a região ao redor das antigas antenas parabólicas da Embratel, em Morungaba, e parte do percurso é próxima às margens do Rio Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 5

## Trilha da Maria Nonna

A rota possui trechos que permitem atividades de mountain bike e cross country, percorre caminhos de acesso a sítios, chácaras e fazendas. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 7

## Trilha Curimim

Rota de acesso rural que interliga a Estrada das Cabras à Estrada Santa Maria. Ciclistas de mountain bike e praticantes de BMX cross aproveitam belas paisagens e terrenos diferenciados. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 5

## Trilha do Bar da Cachoeira

No caminho, um roteiro diferente. A trilha percorre áreas ao redor de chácaras, condomínios rurais e cachoeiras. Em alguns pontos, parada gastronômica para saborear a culinária típica do interior. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 7

## Trilha do Floresta Park

Rota rural turística que interliga o centro do distrito de Sousas até as chácaras e parques próximos no sentido da Rua 13 de Maio, passando ao lado da Casa da Fazenda Floresta Park. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 7

## Trilha São Vicente

O trecho passa por áreas formadas por fazendas, sítios, chácaras e igrejas. Especial para os praticantes de mountain bike e cross country. **Tempo médio para completar a rota:** 15 minutos **Total de km:** 2

## Estrada Santa Maria

Essa rota possui trechos que permitem atividades de mountain bike e cross country. Trajeto curto pela Estrada Rural Santa Maria. **Tempo médio para completar a rota:** 3 minutos **Total de km:** 1

## Trilha da Usina Jaguari

Trilha que dá acesso à divisa de Campinas com Pedreira, passando pela represa e pela Usina Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 6

## Trilha da Ponte Queimada

O percurso tem início próximo ao Bar do Vicente e segue até chegar ao Rio Jaguari, junto ao limite das cidades de Campinas com Pedreira, na Ponte Queimada. **Tempo médio para completar a rota:** 25 minutos **Total de km:** 5



## Trilha Beira Rio

Essa rota interliga Campinas às cidades de Amparo, Pedreira e Morungaba, percorrendo as margens do Rio Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 8

## Trilha Globo Rural

Possui trechos que permitem atividades de mountain bike e cross country e percorre trechos às margens do Rio Jaguari, com paisagens incríveis e áreas próximas a chácaras, sítios e fazendas, com a atmosfera típica do interior. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 8

## Trilha Ouro Verde

Percorre em 100% a área rural da região, com paisagens exuberantes ao longo das margens do Rio Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 25 minutos **Total de km:** 5

## Trilha K2

A rota possui trechos que permitem atividades de mountain bike, cross country e percorre áreas próximas das fazendas São João da Glória, Santa Ághata e Sítio Glória. São muitas e longas subidas, mas as paisagens valem o esforço, pois são de tirar o fôlego. **Tempo médio para completar a rota:** 50 minutos **Total de km:** 6

## Trilha Santa Ágatha

Nessa rota, com trechos especiais para quem pratica cross country e mountain bike, ciclistas seguem por estrada rural com acesso à fazenda Santa Ágatha. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 3

## Trilha da Areia Branca

Segue por regiões formadas por sítios, chácaras e fazendas e interliga a zona rural de Campinas, Pedreira e Amparo à Rodovia SP-360. Localizada em uma região de natureza deslumbrante, cortada por rios, morros e matas. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 13

## Circuito do Basílio

Circuito próximo ao Bar do Basílio. São locais arborizados, com natureza exuberante, passando por áreas conservadas e paisagens especiais. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 6

## Trilha do Villagio Jaguari

A rota interliga a região da Fazenda Boa Vista e do Bar do Basílio à região da Usina Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 15 minutos **Total de km:** 3

## Estrada de Pedreira

A trilha percorre as regiões próximas às fazendas, chácaras, sítios e condomínios ao longo da antiga estrada rural de Campinas até Pedreira. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 11

## Trilha da Santa Lydia

Localizada na região norte do distrito de Souzas, com acesso à Fazenda Santa Lydia e a vários pesqueiros. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 4

## Trilha do Entre Verdes

A rota, ideal para cicloturismo de lazer e praticantes de mountain bike, percorre um trecho próximo a entrada do condomínio Entre Verdes e interliga a Avenida Isaura R. Quércia e a estrada municipal Campinas – Souzas – Pedreira. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 1



## Trilha Espírito Santo

Passa por uma propriedade particular ao longo da Avenida Sócrates Potyguara Luiz de Camargo. O percurso é feito por um trecho de terra, chamado Fazenda Espírito Santo do Atibaia. Indicado tanto para o cicloturismo de lazer quanto para os praticantes de mountain bike. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 3

## Estrada da Roseira

A rota, totalmente em estrada de terra e em via pública, percorre a região conhecida como estrada da Roseira, com acesso pela Rodovia D. Pedro I e pela Avenida Isaura Roque Quércia. **Tempo médio para completar a rota:** 15 minutos **Total de km:** 4

## Trilha Estação Pedro Américo

Estrada de terra em via pública que interliga a Estrada Municipal Adelina S. C. Cunha com a Rodovia D. Pedro I e dá acesso à passagem férrea Pedro Américo e à estação de trem. As paisagens são especiais, já que têm muita história para vivenciar nesse trajeto. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 8

## Estrada do Tanquinho

A trilha é formada por estradas de terra e asfalto. Percorre a região onde estão localizadas a passagem férrea e a Estação de Trem Tanquinho, pertencentes ao trajeto dos trilhos da Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna. **Tempo médio para completar a rota:** 20 minutos **Total de km:** 5

## Trilha da Estação Tanquinho

Todo o trecho é percorrido por uma estrada de terra em via pública, que contém um acesso restrito, em propriedade particular: o prédio da estação ferroviária Tanquinho, daí o nome da trilha. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 2

## Rua Joana S. Gasmenga

Um bom trecho para o cicloturismo de lazer, em estrada de terra. Localizada entre a Estrada do Tanquinho e a Rua Nassif Elias Farah, é uma trilha que faz parte do conjunto que circunda a região da Estrada do Tanquinho. **Tempo médio para completar a rota:** 7 minutos **Total de km:** 1



## Trilha Potyguara

Estrada de terra que percorre as margens do Rio Atibaia e passa por fazendas, sítios e chácaras, com muitos animais na pastagem. Mesmo curto, o caminho é pitoresco e a trilha termina no portão de uma propriedade privada. Seu ponto mais alto garante uma boa vista panorâmica da região. Ideal para o cicloturismo de lazer e para os praticantes de mountain bike. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 2

## Estrada do Tanquinho

Estrada de terra que interliga a Estrada do Tanquinho à av. Antônio Ignácio Pupo - Carlos Gomes, Campinas, e passa pelo rancho do Seo Otacílio. Fundado pelo “Seo” Otacílio há mais de 20 anos, o rancho era conhecido por sua pequena arena de rodeio, onde eram feitas montarias em bois com os peões das fazendas vizinhas. O rancho também é famoso pelo acolhimento caloroso do fundador e de sua família. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 5

## Trilha do Carlos Gomes

Rota em estrada de terra que percorre a região da estação ferroviária Carlos Gomes, remanescente da era do café, e segue até a divisa de Campinas com a cidade de Pedreira, sempre às margens do Rio Jaguari. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 10

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Posto de Informação Turística Viracopos (PIT Viracopos) - Desembarque Internacional - Terminal 1 **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (19) 99548-3911

**Posto de Informação Turística Rodoviária - Terminal Rodoviário Multimodal** - (PIT RODOVIÁRIA) Piso Superior Campinas/SP **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (19) 99548-4860

**Posto de Informações Turísticas Sousas (PIT Sousas)** - **Endereço:** Avenida Antônio Carlos Couto de Barros, s/n, Sousas, Campinas **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (19) 3258-7960

**Posto de Informações Joaquim Egídio - (PIT JOAQUIM EGÍDIO) - Estação Ambiental** - **Endereço:** Rua Manoel H. Silva Coelho, 220, Distrito Joaquim Egídio **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (19) 3298-6700

## Rua Kazuhiko Tanaka

Pedal tranquilo, em um breve trecho de estrada rural que serve de acesso à Estação Ferroviária Carlos Gomes. **Tempo médio para completar a rota:** 5 minutos **Total de km:** 1

## Trilha Solar das Andorinhas

A rota percorre uma estrada de terra e interliga a região do Hotel Fazenda Solar das Andorinhas até a Avenida Ignácio Pupo, no Jardim Monte Belo, margeando o Rio Atibaia, que inspira a integração e o respeito ao meio ambiente. **Tempo médio para completar a rota:** 10 minutos **Total de km:** 4

## Trilha do Pedágio

Trilha em terra, que interliga a região norte de Campinas, o bairro Carlos Gomes, com a cidade de Jaguariúna, margeando a Rodovia SP-340 - Governador Adhemar Pereira de Barros), o Rio Atibaia e os trilhos da Maria Fumaça. Nesse percurso é impossível olhar só para a frente e pedalar, é um trecho repleto de história e paisagens especiais. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 7

## Trilha da Motorola

Trecho em terra percorrendo a Estrada Carlos Gomes, que integra a rota de cicloturismo às margens dos trilhos da Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna. O interessante é conhecer as estações de trem, em especial a Carlos Gomes, que tem o pátio de manutenção das Marias Fumaças. **Tempo médio para completar a rota:** 5 minutos **Total de km:** 2



## CAMPINAS

The Campinas and region cycle tourism project has a network of approximately 220 km of side roads. The municipalities of Amparo, Morungaba, Itatiba, Pedreira, Jaguariúna and Campinas participate in the project. In addition to serving as an access route between urban areas of Campinas and Valinhos, via the road Rodovia D. Pedro I and the Historic Center of Joaquim Egídio, the route has a part of dirt road, ideal for mountain biking and BMX Cross.

## ROUTES

### SOUSAS AND JOAQUIM EGÍDIO CYCLE TOUR

All entrances and boundaries with the municipalities are signposted, accurately demarcating the entire Environmental Protection Area (APA) of Campinas, informing that users are entering or leaving the APA Campinas through approximately 200 signposts on 70 sections of side roads. The signs show information such as location, extension, altitude, and coordinates. The greatest activity of cyclists usually occurs on Saturday and Sunday mornings, and they usually meet in the surroundings of the Joaquim Egídio Environmental Station. [Route website: https://con-](https://con-)

[heca.campinas.sp.gov.br/arquivos](https://heca.campinas.sp.gov.br/arquivos) **Average time to complete the route:** 15 minutes **Total distance:** 3 km

### BOCAINA AND SALTO GRANDE TRAIL

The route has mountain bike and cross-country sections. It is formed by a dirt road, and it is located in the Joaquim Egídio District, in Campinas, with access by the road Estrada das Cabras. It passes through the roads Estrada da Usina Salto Grande and Estrada da Bocaina. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 16 km

### MALABAR TRAIL

Indicated for mountain biking and cross-country practitioners, the Malabar trail has a path between the junction with the Bocaina trail until the access to the road Rodovia Dom Pedro I, towards Itatiba. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 6 km

### GYROLAND TRAIL

Section located at the D. Pedro I highway, in the bifurcation that accesses Itatiba and Morungaba, ideal for mountain biking and cross-country practitioners. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 11 km

### CAPRICORN'S TRAIL

Access route to the Campinas Municipal Observatory, on a dirt road, especially for mountain bike and BMX cross practitioners. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 8 km

### SÃO JOAQUIM TRAIL

The section, on a dirt road, is ideal for mountain biking and cross country, and runs through an access to the rural area, close to several small farms. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 3 km

### CHRIST'S TRAIL

Access route to Cruzeiro and to the Cristo de Morungaba (Morungaba Christ), on a dirt road. This tourist trail, ideal for mountain biking, passes through the Joaquim Egídio District. Along the way, cyclists pass by farms with historic and religious architecture, and enjoy the exuberant nature, especially the beautiful waterfalls. **Average time to complete the route:** 10 minutes **Total distance:** 3 km



### **BONFIM TRAIL**

The route has sections that allow mountain biking and cross-country activities and connects the road Rodovia das Cabras to the region of Fazenda Bonfim (Bonfim Farm). **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 5 km

### **TINO TRAIL**

The trail, ideal for mountain biking and cross-country practitioners, runs through the region around the old satellite dishes of Embratel, in Morungaba, and part of the route is close to the banks of the Jaguari River. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 5 km

### **MARIA NONNA TRAIL**

The route has sections that allow mountain biking and cross-country activities, it goes through paths that access several kinds of farms. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 7 km

### **CURIMIM TRAIL**

Rural access route that connects the roads Estrada das Cabras and Estrada Santa Maria. Mountain bike cyclists and BMX cross practitioners enjoy beautiful landscapes and unique terrain. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 5 km

### **WATERFALL BAR TRAIL**

On the way, a different route. The trail runs through areas around farms, rural condominiums, and waterfalls. At some points, it is possible to make a "gastronomic stop" to taste the typical cuisine of the countryside. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 7 km

### **FOREST PARK TRAIL**

Rural tourist route that connects the center of the Sousas District to the nearby farms and parks towards the street Rua 13 de Maio, passing next to Casa da Fazenda Floresta Park. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 7 km

### **SÃO VICENTE TRAIL**

The section passes through areas formed by farms, ranches, and churches. Special for mountain biking and cross-country practitioners. **Average time to complete the route:** 15 minutes **Total distance:** 2 km

### **SANTA MARIA ROAD**

This route has sections that allow mountain biking and cross-country activities. It is a short route along the Santa Maria Rural Road. **Average time to complete the route:** 3 minutes **Total distance:** 1 km

### **JAGUARI PLANT TRAIL**

Trail that gives access to the border between the cities Campinas and Pedreira, passing by the dam and the Jaguari Power Plant. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 6 km

### **QUEIMADA BRIDGE TRAIL**

The route starts near the Bar do Vicente and continues until reaching the Jaguari River, next to the limits of the cities of Campinas and Pedreira, at Ponte Queimada (Queimada Bridge). **Average time to complete the route:** 25 minutes **Total distance:** 5 km

### **RIVERSIDE TRAIL**

This route connects Campinas to the cities of Amparo, Pedreira and Morungaba, along the banks of the Jaguari River. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 8 km

### **GLOBO RURAL TRAIL**

It has sections that allow mountain biking and cross-country activities and runs along the banks of the Jaguari River, with incredible landscapes and areas close to ranches and farms, with the typical atmosphere of the countryside. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 8 km

### **OURO VERDE TRAIL**

It covers 100% of the rural area of the region, with exuberant landscapes along the banks of the Jaguari River. **Average time to complete the route:** 25 minutes **Total distance:** 5 km

### **K2 TRAIL**

The route has sections that allow mountain biking, cross-country activities and runs through areas close to the São João da Glória, Santa Ágatha and Sítio Glória farms. There are many and long climbs, but the landscapes are worth the effort, as they are breathtaking. **Average time to complete the route:** 50 minutes **Total distance:** 6 km

### **SANTA ÁGATHA TRAIL**

On this route, with special sections for those who practice cross country and mountain biking, cyclists follow a rural road with access to the Santa Ágatha farm. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 3 km

### **WHITE SAND TRAIL**

It goes through regions formed by several kinds of farms and connects the rural area of Campinas, Pedreira and Amparo to the Rodovia SP-360 (highway). It is located in a region of stunning nature, cut by rivers, hills and forests. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 13 km

### **BASÍLIO CIRCUIT**

Circuit near the Bar do Basílio. They are wooded places, with exuberant nature, passing through conserved areas and special landscapes. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 6 km

### **VILLAGIO JAGUARI TRAIL**

The route connects the region of Fazenda Boa Vista (Boa Vista Farm) and Bar do Basílio to the region of Jaguari Power Plant. **Average time to complete the route:** 15 minutes **Total distance:** 3 km

### **PEDREIRA ROAD**

The trail runs through the regions close to several kinds of farms and condominiums along the old rural road from Campinas to Pedreira. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 11 km

### **SANTA LYDIA TRAIL**

Located in the northern region of the Souzas District, with access to Fazenda Santa Lydia (Santa Lydia Farm) and several fishing grounds. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 4 km

### **ENTRE VERDES TRAIL**

The route, ideal for leisure cycle tourism and mountain bikers, runs along a section close to the entrance to the Entre Verdes Condominium and interconnects Avenida Isaura R. Quércia and the municipal road Campinas – Sousas – Pedreira. **Average time to complete the route:** 10 minutes **Total distance:** 1 km

### ESPÍRITO SANTO TRAIL

It passes through a private property along the avenue Avenida Sócrates Potyguara Luiz de Camargo. The route is made by a section of land, called Fazenda Espírito Santo do Atibaia. Indicated for both leisure cycle tourism and mountain bike practitioners. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 3 km

### ROSEIRA ROAD

The route, entirely on a dirt road and on a public road, runs through the region known as the Roseira Road, with access via D. Pedro I Highway and Avenida Isaura Roque Quércia. **Average time to complete the route:** 15 minutes **Total distance:** 4 km

### PEDRO AMÉRICO STATION TRAIL

Dirt road on a public road that connects the roads Estrada Municipal Adelina SC Cunha and Rodovia D. Pedro I and gives access to the Pedro Américo railway and the train station. The landscapes are special, as they have a lot of history to experience on this route. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 8 km

### TANQUINHO ROAD

The trail is formed by dirt and asphalt roads and runs through the region where the railway crossing and the Tanquinho Train Station are located, belonging to the path of the Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna tracks. The trail has signs with information about its length and ascent or descent, as a support for cyclists. **Average time to complete the route:** 20 minutes **Total distance:** 5 km

### TANQUINHO STATION TRAIL

The entire trail is covered by a dirt road on a public road, which has a restricted access, on private property: the Tanquinho railway station building, hence the name of the trail. **Average time to complete the route:** 10 minutes **Total distance:** 2 km

### JOANA S. GASMENGA STREET

A good trail for leisure cycle tourism, on a dirt road. Located between Estrada do Tanquinho and Rua Nassif Elias Farah, it is a trail that is part of the set that surrounds the region of Estrada do Tanquinho (Tanquinho Road). **Average time to complete the route:** 7 minutes **Total distance:** 1 km

### POTYGUARA TRAIL

It is a dirt road that runs along the banks of the Atibaia River and passes through ranches and farms, with many animals in the pasture. Even short, the path is picturesque, and the trail ends at the gate of a private property. Its highest point guarantees a good panoramic view of the region. Ideal for leisure cycle tourism and mountain bikers.

**Average time to complete the route:** 10 minutes  
**Total distance:** 2 km

### TANQUINHO ROAD

A dirt road connecting Estrada do Tanquinho to Av. Antonio Ignácio Pupo – Carlos Gomes, in Campinas, and passes by Seo Otacílio's ranch. Founded by Mr. "Seo" Otacílio more than 20 years ago, the ranch was known for its small rodeo arena, where oxen were mounted by the peons from neighboring farms. The ranch is also famous for the warm welcome from the founder and his family. **Average time to complete the route:** 10 minutes **Total distance:** 5 km

### CARLOS GOMES TRAIL

Route on a dirt road that runs through the region of the Carlos Gomes railway station, a remnant of the coffee era, that continues to the border of Campinas with the city of Pedreira, always on the banks of the Jaguari River. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 10 km

### KAZUHIKO TANAKA STREET

For a calm bike ride, on a short section of rural road that serves as access to the Carlos Gomes Railway Station. **Average time to complete the route:** 5 minutes **Total distance:** 1 km

### SOLAR DAS ANDORINHAS TRAIL

The route runs along a dirt road and connects the region from the Hotel Fazenda Solar das Andorinhas to Avenida Ignácio Pupo, in Jardim Monte Belo, bordering the Atibaia River, which inspires integration and respect for the environment. **Average time to complete the route:** 10 minutes **Total distance:** 4 km

### TOLL TRAIL

A land trail, which connects the northern region of Campinas, the Carlos Gomes neighborhood, with the city of Jaguariúna (bordering the Highway SP-340 - Governador Adhemar Pereira de Barros), the Atibaia River and the "Maria Fumaça" trails. On this route it is impossible to just look ahead and pedal, it is a trail full of history and special landscapes. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 7 km

### MOTOROLA TRAIL

A land trail along the Carlos Gomes Road, which is part of the cycle tourism route along the Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna rails. The interesting thing is to get to know the train stations, especially Carlos Gomes, which has the "Marias Fumaças" maintenance yard. **Average time to complete the route:** 5 minutes **Total distance:** 2 km

### Tourist information center

**Address:** Posto de Informação Turística Viracopos (PIT Viracopos) - Desembarque Internacional - Terminal 1 - **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 19) 99548-3911

### Tourist information centers

**Tourist information center Bus Station – Bus Station Multimodal** - (PIT RODOVIÁRIA) Piso Superior Campinas/SP **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 19) 99548-4860

### Tourist information center Sousas (PIT Sousas) -

**Address:** Avenida Antônio Carlos Couto de Barros, s/n, Sousas, Campinas **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 19) 3258-7960

**Tourist information center – Environmental Station - Posto de Informações Joaquim Egídio - (PIT JOAQUIM EGÍDIO)** - Estação Ambiental **Address:** Rua Manoel H. Silva Coelho, 220, Distrito Joaquim Egídio **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 19) 3298-6700





## CAMPINAS

El proyecto de cicloturismo Campinas y región cuenta con una red de aproximadamente 220 km de caminos secundarios. Participan del proyecto los municipios de Amparo, Morungaba, Itatiba, Pedreira, Jaguariúna y Campinas. Además de servir como ruta de acceso entre las áreas urbanas de Campinas y Valinhos, a través de la Carretera D. Pedro I y el Centro Histórico de Joaquim Egídio, la ruta tiene un tramo de camino de tierra, ideal para ciclismo de montaña y BMX Cross.

## RUTAS

### ROTA CICLOTURÍSTICA SOUSAS E JOAQUIM EGÍDIO

Todos los accesos y límites con los municipios están señalizados, demarcando con precisión toda el Área de Protección Ambiental (APA) de Cam-

pinas, informando que los usuarios entran o salen del APA Campinas a través de aproximadamente 200 carteles en 70 tramos de caminos secundarios. Los carteles muestran información como ubicación, tramo, altitud y coordenadas. El mayor movimiento de ciclistas suele ocurrir los sábados y domingos por la mañana, que suelen encontrarse en los alrededores de la Estación Ambiental Joaquim Egídio. [Página web de la ruta: https://conheca.campinas.sp.gov.br/arquivos](https://conheca.campinas.sp.gov.br/arquivos) **Tiempo medio para completar la ruta:** 15 minutos **Km totales:** 3

### TRILHA DA BOCAINA E SALTO GRANDE

La ruta tiene tramos de mountain bike y cross country. Está formado por un camino de terracería y está ubicado en el Distrito de Joaquim Egídio, en Campinas, con acceso por la Estrada das Cabras. Pasa por la Estrada da Usina Salto Grande y la Estrada da

Bocaina. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 16

### TRILHA MALABAR

También para los practicantes de mountain bike y cross-country, el sendero Malabar tiene un camino entre el empalme con el sendero Bocaina y el acceso con la Autopista Dom Pedro I, hacia Itatiba. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 6

### TRILHA GIROLÂNDIA

Tramo ubicado en la bifurcación entre la carretera D. Pedro I, con acceso a Itatiba y Morungaba, ideal para los practicantes de mountain bike y cross-country. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 11

### TRILHA DO CAPRICÓRNIO

Ruta de acceso al Observatorio Municipal de Campinas, por camino de terracería, especial para practicantes de mountain bike y BMX cross. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 8

### TRILHA SÃO JOAQUIM

El tramo, por camino de tierra, es ideal para la práctica de mountain bike y cross country y discurre por un acceso a la zona rural, cercano a varios sitios. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 3

### TRILHA DO CRISTO

Vía de acceso al Cruzeiro y al Cristo de Morungaba, por camino de tierra. Este sendero turístico, ideal para la práctica de la bicicleta de montaña, pasa por el barrio de Joaquim Egídio. En el camino, los ciclistas pasan por fincas con arquitectura histórica y religiosa y disfrutan de la exuberante naturaleza, especialmente de las hermosas cascadas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 3

### TRILHA BONFIM

La ruta tiene tramos que permiten actividades de mountain bike y cross country y conecta la Rodovia das Cabras con la región de Fazenda Bonfim. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA DO TINO

El sendero, ideal para practicantes de mountain bike y cross country, recorre la región alrededor de las antiguas antenas parabólicas de Embratel, en Morungaba, y parte del recorrido se encuentra cerca de las márgenes del río Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA DA MARIA NONNA

La ruta tiene tramos que permiten realizar actividades de mountain bike y cross country, transcurre por caminos de acceso a sitios, fincas y haciendas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 7

### TRILHA CURIMIM

Vía rural de acceso que une la Estrada de las Cabras con la Estrada Santa Maria. Los ciclistas de mountain bike y los practicantes de BMX cross disfrutan de hermosos paisajes y terrenos únicos. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA DO BAR DA CACHOEIRA

En el camino, una ruta diferente. El Sendero recorre áreas alrededor de fincas, condominios rurales y cascadas. En algunos puntos hay una parada gastronómica para degustar la cocina típica del interior. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 7

### TRILHA DO FLORESTA PARK

Ruta turística rural que conecta el centro del distrito de Sousas con las haciendas y parques cercanos hacia la calle 13 de Maio, pasando junto a la Casa da Fazenda Floresta Park. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 7

### TRILHA SÃO VICENTE

El tramo pasa por áreas formadas por fincas, ranchos, haciendas e iglesias. Especial para practicantes de mountain bike y cross country. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 15 minutos **Km totales:** 2

### ESTRADA SANTA MARIA

Esta ruta tiene tramos que permiten realizar actividades de mountain bike y cross country. Ruta corta por el Camino Rural de Santa María. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 minutos **Km totales:** 1

### TRILHA DA USINA JAGUARI

Sendero que da acceso al límite entre Campinas y Pedreira, pasando por la represa y la Usina Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 6

### TRILHA DA PONTE QUEIMADA

La ruta comienza cerca de Bar do Vicente y continúa hasta llegar al río Jaguari, junto a los límites de las ciudades de Campinas y Pedreira, en Ponte Queimada. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 25 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA BEIRA RIO

Esta ruta conecta Campinas con las ciudades de Amparo, Pedreira y Morungaba, a lo largo de las márgenes del río Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 8

### TRILHA GLOBO RURAL

Tiene tramos que permiten realizar actividades de mountain bike y cross country y discurre a orillas del río Jaguari, con increíbles paisajes y zonas cercanas a fincas, ranchos y haciendas, con el ambiente típico del campo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 8

### TRILHA OURO VERDE

Abarca el 100% del área rural de la región, con paisajes exuberantes a lo largo de las márgenes del río Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 25 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA K2

La ruta tiene tramos que permiten el ciclismo de montaña, actividades de cross country y discurre por áreas cercanas a las haciendas São João da Glória, Santa Ághata y Sítio Glória. Hay muchas y largas subidas, pero los paisajes merecen la pena, ya que son impresionantes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 50 minutos **Km totales:** 6

### TRILHA SANTA ÁGATHA

En esta ruta, con tramos especiales para los que practican cross country y mountain bike, los ciclistas siguen un camino rural con acceso a la finca Santa Ágatha. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 3

### TRILHA DA AREIA BRANCA

Atraviesa comarcas formadas por sitios, fincas y haciendas y conecta el área rural de Campinas, Pedreira y Amparo con la carretera SP-360. Ubicada en una región de impresionante naturaleza, cortada por ríos, cerros y bosques. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 13

### CIRCUITO DO BASÍLIO

Circuito cerca del Bar do Basílio. Son lugares boscosos, con una naturaleza exuberante, pasando por áreas conservadas y paisajes especiales. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 6

### TRILHA DO VILLAGIO JAGUARI

La ruta conecta la región de Fazenda Boa Vista y Bar do Basílio con la región de Usina Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 15 minutos **Km totales:** 3

### ESTRADA DE PEDREIRA

El sendero recorre las regiones cercanas a haciendas y condominios a lo largo del antiguo camino rural de Campinas a Pedreira. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 11

### TRILHA DA SANTA LYDIA

Ubicado en la región norte del distrito de Souzas, con acceso a Hacienda Santa Lydia y varios caladeros. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 4

### TRILHA DO ENTRE VERDES

La ruta, ideal para el ciclismo de ocio y mountain bike, discurre por un tramo próximo a la entrada del condominio Entre Verdes e interconecta la Avenida Isaura R. Quercia y la vía municipal Campinas – Souzas – Pedreira. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 1

### TRILHA ESPÍRITO SANTO

Pasa por una propiedad privada por la Avenida Sócrates Potyguara Luiz de Camargo. El recorrido se hace por un tramo de tierra, llamado Fazenda Espírito Santo do Atibaia. Indicado tanto para el cicloturismo de ocio como para los practicantes de la bicicleta de montaña. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 3



### ESTRADA DA ROSEIRA

El recorrido, íntegramente por camino de tierra y vía pública, discurre por la comarca conocida como camino de Roseira, con acceso por la Carretera D. Pedro I y la Avenida Isaura Roque Quércia. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 15 minutos **Km totales:** 4

### TRILHA ESTAÇÃO PEDRO AMÉRICO

Camino de terracería en vía pública que une la Estrada Municipal Adelina S. C. Cunha con la Rodovia D. Pedro I y da acceso a la vía férrea Pedro Américo y a la estación de trenes. Los paisajes son especiales, ya que tienen mucha historia por vivir en esta ruta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 8

### ESTRADA DO TANQUINHO

El sendero está formado por caminos de tierra y asfalto y discurre por la región donde se encuentra el cruce ferroviario y la Estación de Trenes de Tanquinho, perteneciente al trayecto de las vías Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna. El sendero dispone de señalización, con información sobre la longitud del tramo, subida o bajada, como apoyo a los ciclistas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 20 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA DA ESTAÇÃO TANQUINHO

Todo el tramo está cubierto por un camino de tierra en una vía pública, que tiene un acceso restringido, en propiedad privada: el edificio de la estación de tren de Tanquinho, de ahí el nombre del sendero. **Tiempo médio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 2

### RUA JOANA S. GASMENGA

Buen tramo para el cicloturismo de ocio, por camino de tierra. Ubicado entre Estrada do Tanquinho y Rua Nassif Elias Farah, es un sendero que forma parte del conjunto que rodea la región de Estrada do Tanquinho. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 minutos **Km totales:** 1

### TRILHA POTYGUARA

Camino de terracería que bordea la ribera del río Atibaia y pasa por sitios, fincas y haciendas, con muchos animales en el pasto. Aunque corto, el camino

es pintoresco y el sendero termina en la puerta de una propiedad privada. Su punto más alto garantiza una buena vista panorámica de la región. Ideal para cicloturismo de ocio y ciclistas de montaña. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 2

### ESTRADA DO TANQUINHO

Carretera de terracería que une la Estrada do Tanquinho con la Av. Antonio Ignácio Pupo - Carlos Gomes, Campinas, y pasa por la estancia de Seo Otacílio. Fundada por "Seo" Otacílio hace más de 20 años, la estancia era conocida por su pequeño rodeo, donde se montaban bueyes con peones de haciendas vecinas. La estancia también es famosa por la cálida acogida del fundador y su familia. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 5

### TRILHA DO CARLOS GOMES

Recorrido por camino de terracería que recorre la región de la estación ferroviaria Carlos Gomes, remanente de la época cafetera, y continúa hasta el límite de Campinas con la ciudad de Pedreira, siempre a orillas del río Jaguari. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 10

### RUA KAZUHIKO TANAKA

Pedaleo tranquilo, en un corto tramo de camino rural que sirve de acceso a la Estação Ferroviária Carlos Gomes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 minutos **Km totales:** 1

### TRILHA SOLAR DAS ANDORINHAS

La ruta discurre por un camino de tierra y conecta la región desde el Hotel Fazenda Solar das Andorinhas hasta la Avenida Ignácio Pupo, en Jardim Monte Belo, bordeando el río Atibaia, lo que inspira integración y respeto por el medio ambiente. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 minutos **Km totales:** 4

### TRILHA DO PEDÁGIO

Sendero terrestre, que conecta la región norte de Campinas, el barrio Carlos Gomes, con la ciudad de Jaguariúna, bordeando la Ruta SP-340 - Governador Adhemar Pereira de Barros), el río Atibaia y las vías del tren Maria Fumaça. En esta ruta es imposible mi-

rar hacia adelante y pedalear. Es un tramo lleno de historia y paisajes especiales. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 7

### TRILHA DA MOTOROLA

Tramo de tierra a lo largo de la Carretera Carlos Gomes, que forma parte de la ruta de cicloturismo a lo largo de los márgenes de las vías del tren Maria Fumaça Campinas-Jaguariúna. Lo interesante es conocer las estaciones de tren, especialmente la Carlos Gomes, que tiene el patio de mantenimiento de trenes Marias Fumaças. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 minutos **Km totales:** 2

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Centro de Atención Turística Viracopos (PIT Viracopos) - Desembarque Internacional - Terminal 1 - Abierto de las 9 am hasta las 5 pm - **Teléfono:** (+55 19) 99548-3911

### Centros de Atención al Turista

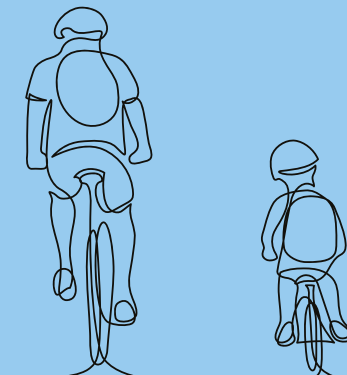
**Centro de Atención Turística Rodoviária - Terminal Rodoviário Multimodal - (PIT RODOVIÁRIA)** Piso Superior Campinas/SP - Abierto de las 9 am hasta las 5 pm - **Teléfono:** (+55 19) 99548-4860

### Centro de Atención Turísticas Sousas (PIT Sousas)

**Dirección:** Avenida Antônio Carlos Couto de Barros, s/n, Sousas, Campinas - Abierto de las 9 am hasta las 5 pm - **Teléfono:** (+55 19) 3258-7960

### Centro de Atención Turísticas Joaquim Egídio - (PIT JOAQUIM EGÍDIO) - Estação Ambiental - Dirección:

Rua Manoel H. Silva Coelho, 220, Distrito Joaquim Egídio - Abierto de las 9 am hasta las 5 pm - **Teléfono:** (+55 19) 3298-6700



# SANTA BÁRBARA D'OESTE



Foto: Paulo Li - Expressão Studio

## Rota do Sapezeiro

Percorre o tradicional bairro do Sapezeiro, conhecido como a Terra da Linguíça. Na trilha, o ciclista conta com pontos históricos e vários atrativos gastronômicos. Percurso considerado de longa distância passando por canaviais.

**Site da Rota:** <https://www.visitesbo.com/>

**Tempo médio para completar a rota:**  
1h30 - **Total de km:** 16

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua João Lino, 362  
Centro, Santa Bárbara d'Oeste - SP

**Horário de Funcionamento:** De terça a sexta, das 9h às 12h e das 13h às 17h

**Telefone:** (19) 3455-7000

**WhatsApp:** (19) 3455-7000

**E-mail:** turismo@santabarbara.sp.gov.br

A extensão da parte rural da cidade é de 210 km<sup>2</sup>, importante território para o turismo rural e o ecoturismo, com contato direto com a natureza. São locais de grande visitação: o Bairro Santo Antônio do Sapezeiro, as represas Areia Branca, São Luiz e Cillo, o Cemitério do Campo, sítios, haras, pesqueiros, hortas, viveiros de plantas ornamentais e plantas medicinais, bem como espaços de criação de gado, porcos e granjas. A cidade foi dividida em quatro macrorregiões, definidas pelas principais rodovias que cercam a área rural.



### **SANTA BÁRBARA D'OESTE**

The extension of the rural part of the city is 210 km<sup>2</sup>, an important territory for rural tourism and ecotourism, with direct contact with nature. There are places of great visitation: the Bairro Santo Antônio do Sapezeiro, the Areia Branca, São Luiz and Cillo dams, the Cemitério do Campo (Countryside Cemetery), farms, stud farms, fishing grounds, vegetable gardens, nurseries for ornamental plants and medicinal plants, as well as spaces for creating cattle, pigs and poultry farming. The city was divided into four macro-regions, defined by the main roads that surround the rural area.

### **SAPEZEIRO ROUTE**

It runs through the traditional neighborhood of Sapezeiro, known as the Land of Sausage. On the trail, the cyclist has historical points and several gastronomic attractions. It is considered a long-distance route running through sugar-cane fields. **Route website:** <https://www.visitesbo.com/> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 16 km

### **Tourist information center**

**Address:** Rua João Lino, 362, Centro, Santa Bárbara d'Oeste - SP **Opening hours:** From Tuesday to Friday, from 9 a.m. to 12 p.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 19) 3455-7000 **WhatsApp:** (+55 19) 3455-7000 **E-mail:** turismo@santabarbara.sp.gov.br

### **SANTA BÁRBARA D'OESTE**

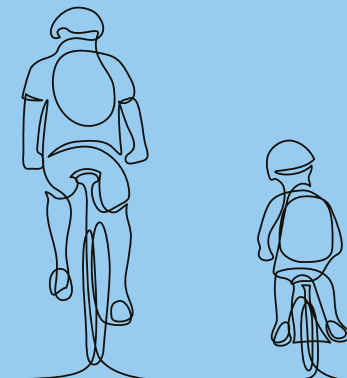
La extensión de la parte rural de la ciudad es de 210 km<sup>2</sup>, territorio importante para el turismo rural y el ecoturismo, con contacto directo con la naturaleza. Son lugares de gran visitación: el Bairro Santo Antônio do Sapezeiro, las represas de Areia Branca, São Luiz y Cillo, el Cemitério do Campo, estancias, haras, caladeros, huertas, viveros de plantas ornamentales y medicinales, así como como espacios para la creación de ganado, cerdos y granjas. La ciudad se dividió en cuatro macrorregiones, definidas por las vías principales que rodean la zona rural.

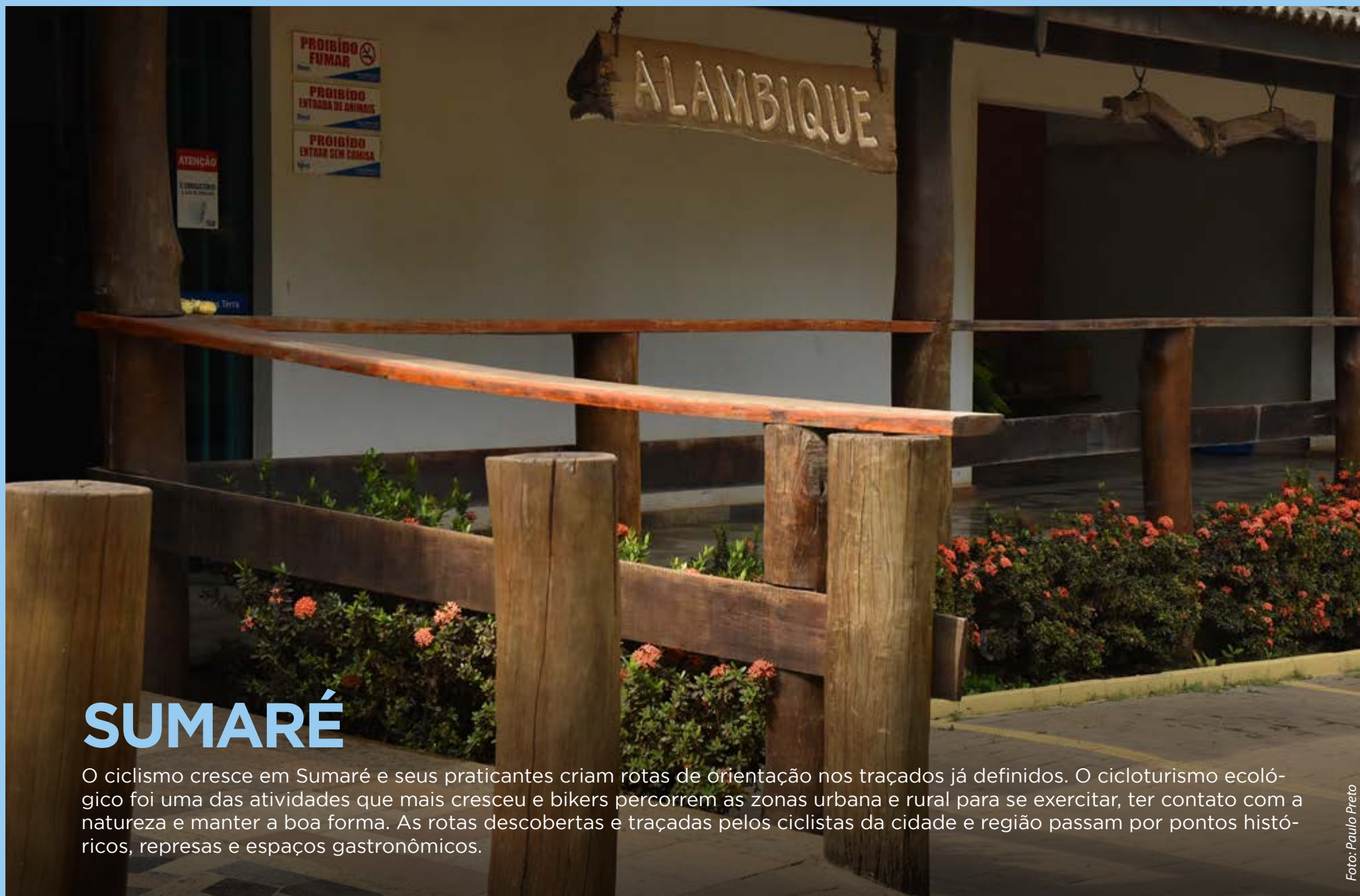
### **ROTA DO SAPEZEIRO**

Paseo por el tradicional barrio de Sapezeiro, conocido como la Tierra del Chorizo. En el camino, el ciclista tiene puntos históricos y varios atractivos gastronómicos. Ruta de largo recorrido entre cañaverales. **Página web de la ruta:** <https://www.visitesbo.com/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 16

### **Centro de Atención al Turista**

**Dirección:** Rua Joao Lino, 362 - Centro, Santa Bárbara d'Oeste - SP - Abierto De martes a viernes, de las 9am hasta las 12pm y de las 13pm hasta las 17pm **Teléfono:** (+55 19) 3455-7000 **Whatsapp:** (+55 19) 3455-7000 - **Correo electrónico:** turismo@santabarbara.sp.gov.br





## SUMARÉ

O ciclismo cresce em Sumaré e seus praticantes criam rotas de orientação nos traçados já definidos. O cicloturismo ecológico foi uma das atividades que mais cresceu e bikers percorrem as zonas urbana e rural para se exercitar, ter contato com a natureza e manter a boa forma. As rotas descobertas e traçadas pelos ciclistas da cidade e região passam por pontos históricos, represas e espaços gastronômicos.

Foto: Paulo Preto





## ROTAS

### Areia Branca

Rota 100% para ciclismo de estrada. O percurso atravessa a cidade, passando pelas Rodovias Anhanguera e Bandeirantes, saindo da cidade com destino à área rural. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb> - **Tempo médio para completar a rota:** 3h50 - **Total de km:** 57.9

### Fazenda Abandonada

Nesse trecho, são 90% de ciclismo de estrada e 10% de ciclismo de pista. O cenário parece de filme: uma fazenda glamurosa em ruínas, especial para fazer lindas fotos. Considerado um percurso de longa distância, a fazenda está localizada na estrada rural que dá acesso à cidade de Elias Fausto. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/Ow-GB8SKJxpb> **Tempo médio para completar a rota:** 4h18 - **Total de km:** 46.92

## Macho Veio

Mais uma rota com 90% de ciclismo de estrada e 10% de ciclismo de pista. Parte do centro de Sumaré, passa pelo Horto Florestal, Assentamento I, com destino à área rural, Rodovia dos Bandeirantes e faz o retorno para o centro da cidade. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/segments/21079476> **Tempo médio para completar a rota:** 10h **Total de km:** 45

## Rota Macumba x Macho Veio x Chácara Primavera

O percurso dessa rota tem início no centro com direção à curva da Macumba, no sentido do Bairro Cruzeiro, passando pelo Macho Veio, seguindo até as chácaras Primavera. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/segments/30769765> **Tempo médio para completar a rota:** 10h **Total de km:** 30.19

## Rancho da Leitoa X Cruzeiro X Macho Veio X Bananal

A trilha segue do centro até a área rural, passando pelo Restaurante Rancho da Leitoa, sob a Rodovia Bandeirantes, até o Bairro Cruzeiro e na Casa de Ferro. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 36.95



## Terra do Nunca

A trilha começa no centro, passa pelo cemitério, segue no sentido da área rural até o bairro Cruzeiro, passando pelo bar do Português, segue até a Terra do Nunca, até o Sapezeiro. Mais 4 km pela Rodovia dos Bandeirantes, até o Bairro São Francisco e faz o retorno pelo Rancho da Leitoa, chegando ao centro. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/ggIC5KBJxpb> **Tempo médio para completar a rota:** 4h40 **Total de km:** 49.59

## Toca do Saci

Mais uma trilha que parte do centro de Sumaré, segue em frente ao Restaurante Rancho da Leitoa, passa embaixo da Rodovia dos Bandeirantes, rumo ao tradicional Abacateiro, onde começa o retorno. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/zLhaoF-GJxpb> **Tempo médio para completar a rota:** 03h38 **Total de km:** 38.23

## Trilha do Pica-Pau

Uma trilha de ciclismo de estrada, começa no centro de Sumaré, passa pelo Rancho da Leitoa, sob a Rodovia dos Bandeirantes, no sentido Casa de Ferro (Bike Hotel, Represa da Codem e Fazenda do Pica-Pau. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/DAhpXHOJxpb> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 31

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Praça da República, 203 - **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h, de segunda a sexta-feira  
**Telefone:** (19) 3903-4224 - **E-mail:** turismo@sumare.sp.gov.br



## SUMARÉ

Cycling grows in Sumaré and its practitioners create orienteering routes in the trails already defined. The ecological cycle tourism was one of the fastest growing activities and bikers travel through urban and rural areas to exercise, have contact with nature and keep in good shape. The routes discovered and traced by cyclists in the city and the region pass through historical points, dams and gastronomic spaces.

### ROUTES

#### WHITE SAND ROUTE

A route 100% for road cycling. The route crosses the city, passing by the Anhanguera and Bandeirantes highways, leaving the city towards the rural area.

**Route website:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb>

**Average time to complete the route:** 3 hours 50 minutes **Total distance:** 57.9 km

#### ABANDONED FARM ROUTE

In this route there are 90% road cycling and 10% track cycling. The setting looks like a movie: a glamorous farmhouse in ruins, especially for taking beautiful photos. Considered a long-distance route, the farm is located on the rural road that gives access to the town of Elias Fausto. **Route website:** <https://strava.app.link/OwGB8SKJxpb> **Average time to complete the route:** 4 hours 18 minutes **Total distance:** 46.92 km

#### MACHO VEIO ROUTE

Another route with 90% road cycling and 10% track cycling. It starts from the city center of Sumaré, passes through Horto Florestal and the Settlement I, towards the rural area along the road Rodovia dos Bandeirantes and returns to the city center. **Route website:** <https://www.strava.com/segments/21079476>

**Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 45 km

#### MACUMBA X MACHO VEIO X CHÁCARA PRIMAVERA ROUTE

The route of this trail starts in the city center, towards the curve of Macumba and Bairro Cruzeiro, passing through the Macho Veio Route, until the Primavera farms. **Route website:** <https://www.strava.com/segments/30769765> **Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 30.19 km

#### RANCHO DA LEITOA X CRUZEIRO X MACHO VEIO X BANANAL ROUTE

The trail goes from the city center to the rural area, passing by the Rancho da Leitoa Restaurant, under the road Rodovia Bandeirantes, to the Cruzeiro District and Casa de Ferro. **Route website:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 36.95 km

#### THE NEVERLAND TRAIL

The trail starts in the city center, passes through the cemetery, goes towards the rural area to the Cruzeiro neighborhood, passing by the Portuguese bar, continues to the Neverland and Sapezeiro. There are other 4 km along Rodovia dos Bandeirantes to the São Francisco neighborhood, and it returns at Rancho da Leitoa, reaching the city center. **Route website:** <https://strava.app.link/ggIC5KBJxpb> **Average time to complete the route:** 4 hours 40 minutes **Total distance:** 49.59 km

#### THE SACI'S DEN ROUTE

Another trail that leaves from the city center of Sumaré, goes in front of the Rancho da Leitoa Restaurant, passes under the Bandeirantes Highway, towards the traditional "Abacateiro" (Avocado Tree), where the return begins. **Route website:** <https://strava.app.link/zLhaoFGJxpb> **Average time to complete the route:** 03 hours 38 minutes **Total distance:** 38.23 km

#### WOODPECKER TRAIL

A road cycling trail that starts in the city center of Sumaré, passes through the Rancho da Leitoa, under the road Rodovia dos Bandeirantes, towards Casa de Ferro, where there is a Bike Hotel, the Codem Dam and the Fazenda do Pica-Pau (Woodpecker Farm). **Route website:** <https://strava.app.link/DAhpXHOJxpb> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 31 km

**Tourist information center - Address:** Praça da República, 203 - **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m., from Monday to Friday - **Telephone:** (+55 19) 3903-4224 - **E-mail:** [turismo@sumare.sp.gov.br](mailto:turismo@sumare.sp.gov.br)

## SUMARÉ

El ciclismo crece en Sumaré y sus practicantes crean rutas de orientación en las rutas ya definidas. El cicloturismo ecológico fue una de las actividades de mayor crecimiento y los ciclistas recorren zonas urbanas y rurales para hacer ejercicio, tener contacto con la naturaleza y mantenerse en forma. Las rutas descubiertas y trazadas por los ciclistas de la ciudad y la región pasan por puntos históricos, presas y espacios gastronómicos.

## RUTAS

### AREIA BRANCA

Ruta 100% para ciclismo de carretera. La ruta atraviesa la ciudad, pasando por las carreteras Anhanguera y Bandeirantes, saliendo de la ciudad hacia la zona rural. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:50 horas **Km totales:** 57.9

### FAZENDA ABANDONADA

En este tramo hay un 90% de ciclismo de carretera y un 10% de ciclismo de pista. El escenario se parece de una película: una cortijo en ruinas con glamour, especial para hacer bonitas fotos. Considerada una ruta de gran recorrido, la hacienda se ubica sobre el camino rural que da acceso al pueblo de Elias Fausto. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/OwGB8SKJxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4:18 horas **Km totales:** 46.92

### MACHO VEIO

Otra ruta con un 90% de ciclismo de carretera y un 10% de ciclismo de pista. Parte del centro de Sumaré, pasa por Horto Florestal, Asentamiento I, hacia la zona rural, Rodovia dos Bandeirantes y regresa al centro de la ciudad. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/segments/21079476> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 horas **Km totales:** 45

### ROTA MACUMBA X MACHO VEIO X CHÁCARA PRIMAVERA

El recorrido de esta ruta se inicia en el centro hacia la curva de Macumba, hacia Bairro Cruzeiro, pasando por Macho Veio, siguiendo hasta las haciendas Primavera. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/segments/30769765> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 horas **Km totales:** 30.19

### RANCHO DA LEITOA X CRUZEIRO X MACHO VEIO X BANANAL

El sendero va del centro a la zona rural, pasando por el Restaurante Rancho da Leitoa, bajo la Carretera Bandeirantes, hasta el Bairro Cruzeiro y Casa de Ferro.

**Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/MhcddeXJxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 36.95

### TERRA DO NUNCA

El sendero comienza en el centro, pasa por el cementerio, se dirige hacia la zona rural hasta el bairro Cruzeiro, pasando por el bar portugués, continúa hasta Neverland, hasta Sapezeiro. Otros 4 km por la Rodovia de Bandeirantes, hasta el Bairro São Francisco y regresa por el Rancho da Leitoa, llegando al centro. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/ggIC5KBjxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4:40 horas **Km totales:** 49.59

### TOCA DO SACI

Otro sendero que parte del centro de Sumaré, pasa frente al Restaurante Rancho da Leitoa, pasa por debajo de la Carretera Bandeirantes, hacia el tradicional Abacateiro, donde comienza el regreso. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/zLhaoFGJxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:38 horas **Km totales:** 38.23

### TRILHA DO PICA-PAU

En el centro de Sumaré parte una ruta de ciclismo de carretera, pasa por el Rancho da Leitoa, debajo de la Rodovia dos Bandeirantes, hacia la Casa de Ferro (Bike Hotel, Represa da Codem y Fazenda do Pica-Pau. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/DAhpXHOJxpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 31

### Centro de Atención al Turista

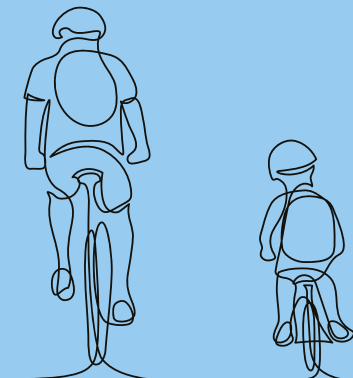
#### Dirección:

Praça da República, 203

Abierto de lunes a viernes de las 8 am hasta las 5 pm

**Teléfono:** (+55 19) 3903-4224

**Correo electrónico:** turismo@sumare.sp.gov.br





# CAMINHOS DA MATA ATLÂNTICA

*CAMINHOS DA MATA ATLÂNTICA ROUTE  
RUTA CAMINHOS DA MATA ATLÂNTICA*

## JUQUIÁ

Em meio à Mata Atlântica, com suas colinas, morros e serras, os praticantes do cicloturismo podem apreciar belas paisagens, curtir a tranquilidade e a exuberância do ar puro. Em alguns trajetos é possível parar e aproveitar banhos em rios e ribeirões. Com diversas rotas e níveis de dificuldades variados, o ciclismo em Juquiá oferece muita emoção e diversão. Os trajetos podem ser mistos ou apenas em estradas de terra.

Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Rota Cachoeira do Pouso Alto

Rota de ciclismo de estrada, o percurso é simples, sem dificuldade técnica, para atender com segurança os iniciantes do esporte. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 5h **Total de km:** 14

## Circuito Igreja do Morrinho

O percurso, especial para os praticantes de downhill, leva o ciclista a conhecer a Igreja Presbiteriana do Morrinho, a mais antiga da região, fundada em 1898. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 8h **Total de km:** 30

## Rota MTB Sport - Bairro do Bugio

O percurso, indicado para praticantes de mountain bike, é composto por 31km de asfalto e 9km de estrada de terra, com muitas subidas e descidas, ótimo para treinos. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 8h **Total de km:** 40

## Rota MTB Pró- Estrada do Shimada

Este percurso, indicado para praticantes de mountain bike e downhill, é composto por 21km de asfalto e 29km de estrada de terra com subidas, descida, singles e downhill. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 8h **Total de km:** 50

## Rota MTB Extreme - Hotel Fazenda 2 Palmitos

Seu trajeto tem muitas subidas, descidas, singles e downhill. Ótimo para treinos mais intensos. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 10h **Total de km:** 55





## Trilha do Ranger - Ribeirão Fundo

Percurso misto, composto por 29km de asfalto e 11km de estrada de terra. Com algumas subidas e descidas, o trajeto não tem dificuldade técnica e é cercado por matas, quase que intocadas, e paisagens exuberantes. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 10h **Total de km:** 40

## Volta do Morro Seco

Trilha especial para os praticantes de downhill, com muitas subidas e descidas. É um trajeto considerado difícil, excelente para treinos de atletas que buscam o fortalecimento de sua performance. **Site da Rota:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tempo médio para completar a rota:** 10 h **Total de km:** 60

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Expedicionário Aparício, s/n, Bairro Estação, Juquiá/SP

**Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta-feira, das 8 às 17h.

**Telefone:** (13)3844-3420

**E-mail:** [turismo@juquia.sp.gov.br](mailto:turismo@juquia.sp.gov.br)

## JUQUIÁ

It is in the midst of the Atlantic Forest, with its hills and mountains, where cycle tourism practitioners can enjoy beautiful landscapes, the tranquility and exuberance of fresh air. On some routes it is possible to stop and enjoy bathing in the rivers and streams. With several routes and varying levels of difficulty, cycling in Juquiá offers a lot of emotion and fun. The routes can be mixed or just on dirt roads.

### POUSO ALTO WATERFALL ROUTE

A road cycling route, the route is simple, without technical difficulties, ideal for the beginners of the sport. **Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 14 km

### MORRINHO CHURCH CIRCUIT

The route, especially for downhill practitioners, takes the cyclist to discover the Presbyterian Church of Morrinho, the oldest in the region, founded in 1898.

**Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 8 hours **Total distance:** 30 km

### MTB SPORT ROUTE - BUGIO NEIGHBORHOOD

The route, suitable for mountain bikers, consists of 31km of asphalt and 9km of dirt road, with many ups and downs, great for training. **Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 8 hours **Total distance:** 40 km

### MTB PRO ROUTE - SHIMADA ROAD

This route, suitable for mountain bikers and downhill riders, is made up of 21km of asphalt and 29km of dirt road with ascents, descents, singles, and downhill.

**Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 8 hours **Total distance:** 50 km

### MTB EXTREME ROUTE - 2 PALMITOS FARM HOTEL

Its route has many ups, downs, singles, and downhill. Great for more intense workouts. **Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 55 km

### RANGER TRAIL - RIBEIRÃO FUNDO

A mixed route, consisting of 29km of asphalt and 11km of dirt road. With some ascents and descents, the route has no technical difficulties and is surrounded by almost untouched woods and lush landscapes. **Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 40 km

### MORRO SECO CIRCUIT

A special trail for downhill practitioners, with many ascents and descents. It is considered a difficult route, excellent for training athletes who seek to strengthen their performance. **Route website:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 60 km

**Tourist information center - Address:** Avenida Expedicionário Aparício, s/n, Bairro Estação, Juquiá/SP - **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13)3844-3420 - **E-mail:** [turismo@juquia.sp.gov.br](mailto:turismo@juquia.sp.gov.br)

## JUQUIÁ

En medio de la Mata Atlántica, con sus colinas, cerros y montañas, los practicantes del cicloturismo pueden disfrutar de hermosos paisajes, de la tranquilidad y la exuberancia del aire puro. En algunas rutas es posible parar y disfrutar bañándose en ríos y arroyos. Con varias rutas y diferentes niveles de dificultad, el ciclismo en Juquiá ofrece mucha emoción y diversión. Las rutas pueden ser mixtas o simplemente por caminos de tierra.

### ROTA CACHOEIRA DO POUSO ALTO

La ruta ciclista de carretera, tiene un recorrido sencillo, sin dificultades técnicas, para atender con seguridad a los principiantes de este deporte. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 14

### CIRCUITO IGREJA DO MORRINHO

La ruta, especial para los practicantes del descenso, lleva al ciclista a visitar la Iglesia Presbiteriana de Morrinho, la más antigua de la región, fundada en 1898.

**Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 8 horas **Km totales:** 30

### ROTA MTB SPORT - BAIRRO DO BUGIO

La ruta, ideal para entrenar, especial para ciclistas de montaña, cuenta con 31 km de asfalto y 9 km de camino de tierra, con muchas subidas y bajadas. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 8 horas **Km totales:** 40

### ROTA MTB PRÓ- ESTRADA DO SHIMADA

Esta ruta, es especial para ciclistas de montaña y descenso, consta de 21 km de asfalto y 29 km de camino de tierra con pistas de subida, bajada. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 8 horas **Km totales:** 50

### ROTA MTB EXTREME - HOTEL FAZENDA 2 PALMITOS

Su recorrido tiene muchas subidas, bajadas, ideal para entrenamientos más intensos. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 horas **Km totales:** 55

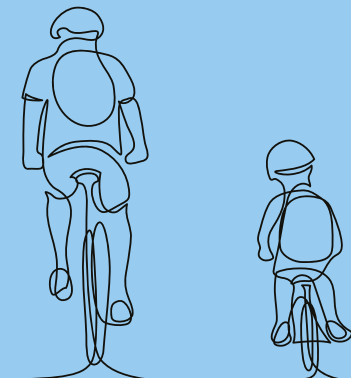
### TRILHA DO RANGER - RIBEIRÃO FUNDO

Ruta mixta, compuesta por 29km de asfalto y 11km de camino de tierra. Con algunas subidas y bajadas, el recorrido no presenta dificultades técnicas y está rodeado de bosques casi vírgenes y paisajes frondosos. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 horas **Km totales:** 40

### VOLTA DO MORRO SECO

Sendero especial para practicantes de descenso, con muchas subidas y bajadas. Es considerada una ruta difícil, excelente para entrenar atletas que buscan fortalecer su desempeño. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquia.sp.gov.br/ciclismo.php> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 10 horas **Km totales:** 60

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Expedicionário Aparício, s/n, Bairro Estação, Juquiá/SP - Abierto de Lunes a viernes, de las 8 am hasta las 5 pm. **Teléfono:** (+55 13)3844-3420 **Correo electrónico:** [turismo@juquia.sp.gov.br](mailto:turismo@juquia.sp.gov.br)







**MOCOCA**

Mococa possui ciclofaixas em algumas áreas da cidade e uma rota especial para os praticantes de mountain bike.

## Rota do Barão

Seu início acontece em frente à escola Barão de Monte Santo e o trajeto é todo sinalizado, com paradas para fotos. Seu destino é a Fazenda São José do Mato Seco, mais conhecida como Fazenda da Tulha. Para fazer visita à fazenda é preciso agendamento prévio.

**Sites da rota:** <https://www.turismo.mococa.sp.gov.br/atracao/detalhe/172/rota-do-barao/>

**Redes sociais:** <https://www.facebook.com/1265766976850127/posts/5080211158739004/>





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

### **MOCOCA**

*Mococa has cycle lanes in some areas of the city and a special route for mountain bikers.*

### **BARON'S ROUTE**

*It starts in front of the Barão de Monte Santo School and the route is all sign-posted, with stopping points for photos. Its destination is the farm Fazenda São José do Mato Seco, better known as Fazenda da Tulha. To visit the farm, prior appointment is required.*

**Route websites:** <https://www.turismo.mococa.sp.gov.br/atracao/detalhe/172/rota-do-barao/>

**Social:** <https://www.facebook.com/1265766976850127/posts/5080211158739004/>

### **MOCOCA**

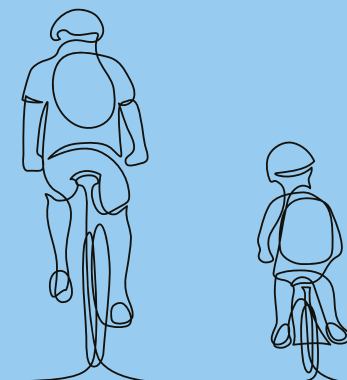
*Mococa cuenta con ciclovías en algunas zonas de la ciudad y una ruta especial para ciclistas de montaña.*

### **ROTA DO BARÃO**

*Comienza frente a la escuela Barão de Monte Santo y el recorrido está todo señalizado, con paradas para hacer fotos. Su destino es Fazenda São José do Mato Seco, más conocida como Fazenda da Tulha. Para visitar la finca se requiere cita previa.*

**Página web de la ruta:** <https://www.turismo.mococa.sp.gov.br/atracao/detalhe/172/rota-do-barao/>

**Redes Sociales:** <https://www.facebook.com/1265766976850127/posts/5080211158739004/>







## DUMONT

O cicloturismo na cidade começou com a movimentação de grupos de ciclistas, com o interesse em praticar um esporte seguro e que abrangesse um maior número de pessoas. A adesão à modalidade foi tão grande que alguns ciclistas participam de competições e muitos formaram grupos intermunicipais.

## Caminho da Fé, ramal Padre Beato Donizetti

Essa rota é indicada para os praticantes de cicloturismo, caminhada de aventura e offroad. Inspirado no Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha, o percurso brasileiro foi criado para dar estrutura às pessoas que peregrinam ao Santuário Nacional de Aparecida. Desde 2003, milhares de fiéis seguem pela rota em busca de autoconhecimento, reflexão e contato com a natureza.

**Tempo médio para completar a rota: 1h30 - Total de km: 30**

### DUMONT

*Cycling tourism in the city has begun with groups of cyclists interested in practicing a safe sport that covered a greater number of people. The adherence to the sport was so great that some cyclists participate in competitions and many of them have formed intercity groups.*

### PATH OF FAITH, FATHER BEATO DONIZETTI

*This route is suitable for cyclists, adventure walkers and off-roaders. Inspired by the Camino de Santiago de Compostela, in Spain, the Brazilian route was created to give structure to people who pilgrimage to the National Sanctuary of Aparecida. Since 2003, thousands of believers have followed the route in search of self-knowledge, reflection, and contact with nature.*

**Average time to complete the route: 1 hour 30 minutes - Total distance: 30 km**

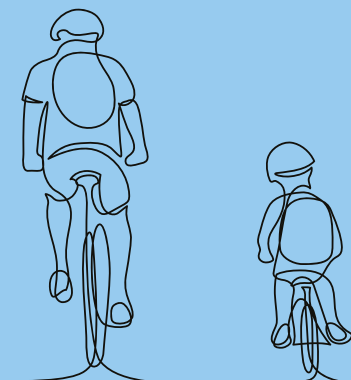
### DUMONT

*El cicloturismo en la ciudad se inició con el movimiento de grupos de ciclistas, con el interés de practicar un deporte seguro que abarcara a un mayor número de personas. La adhesión a la modalidad fue tan grande que algunos ciclistas participan en competencias y muchos formaron grupos interurbanos.*

### CAMINHO DA FÉ, RAMAL PADRE BEATO DONIZETTI

*Esta ruta es apta para ciclistas, senderistas aventureros y todoterrenos. Inspirada en el Camino de Santiago de Compostela, en España, la ruta brasileña fue creada para dar estructura a las personas que peregrinan al Santuario Nacional de Aparecida. Desde 2003, miles de creyentes han seguido la ruta en busca del autoconocimiento, la reflexión y el contacto con la naturaleza.*

**Tiempo promedio para completar la ruta: 1,5 horas - Km totales: 30**



# SERTÃOZINHO

O cicloturismo em Sertãozinho é realizado em sua maioria pelas áreas rurais da cidade e da região.



## Trilha do Engenho

Indicada para praticantes e mountain bike, tem saída da UPA de Sertãozinho, percorrendo a área rural, chegando ao Engenho Central, onde está instalado o Museu da Cana, um importante museu do interior de São Paulo, entre as cidades de Sertãozinho e Pontal. O Museu da Cana possui atividades educativas, culturais e ambientais. **Tempo médio para completar a rota:** 2h - **Total de km:** 25

## Pedal das Lagoas

Saída da rotatória do Sino, na entrada da cidade de Sertãozinho, com destino ao Distrito de Cruz das Poses. Passa por várias estradas rurais, cruzando a Usina Santo Antônio, Colônia Preta, formada por escravos libertos que ali se instalaram na Cruz das Poses. Nessa rota, a exuberância da natureza fica por conta de três lagoas, margeadas pela estrada, proporcionando maior contato com a natureza e cenários encantadores. **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 30

### Posto de Atendimento ao Turista

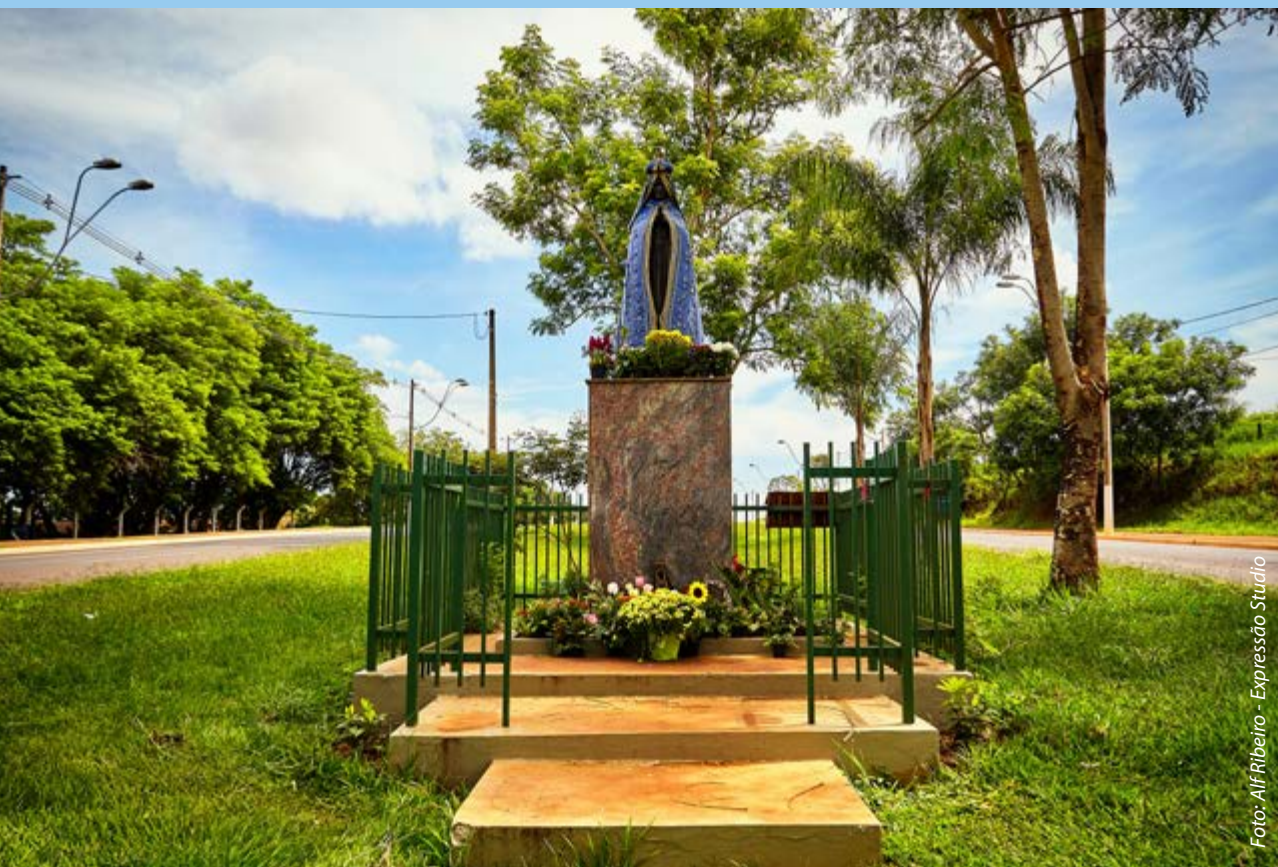
**Endereço:** Pórtico de Sertãozinho, R. Via de Acesso Octávio Verri

**Horário de Funcionamento:** 9 às 21h, de terça a domingo.

**Telefone:** (16)3942-7223

**E-mail:** turismo@sertaozinho.sp.gov.br





## SERTÃOZINHO

El cicloturismo en Sertãozinho se realiza mayoritariamente en las zonas rurales de la ciudad y de la región..

### TRILHA DO ENGENHO

Indicada para practicantes y ciclistas de montaña, sale de la UPA Sertãozinho, recorriendo el área rural, llegando a Engenho Central, donde está instalado el Museu da Cana, importante museo del interior de São Paulo, entre las ciudades de Sertãozinho y Pontal. El Museu da Cana (Museo de la Caña de Azúcar) tiene actividades educativas, culturales y ambientales. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas - **Km totales:** 25

### PEDAL DAS LAGOAS

Salida desde la rotonda de Sino, en la entrada de la ciudad de Sertãozinho, hacia el Distrito de Cruz das Poses. Pasa por varios caminos rurales, cruzando la Usina Santo Antônio, Colonia Preta, formada por esclavos libertos que se instalaron allí en Cruz das Poses. En este recorrido, la exuberancia de la naturaleza se da a cuenta de tres lagunas, bordeadas por la carretera, brindando un mayor contacto con la naturaleza y escenarios encantadores. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 30

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Pórtico de Sertãozinho, R. Via de Acesso Octávio Verri - **Abierto de Martes a Domingo de las 9 am hasta las 9pm - Teléfono:** (+55 16)3942-7223 - **Correo electrónico:** turismo@sertaozinho.sp.gov.br

## SERTÃOZINHO

Cycling tourism in Sertãozinho is carried out mostly in the rural areas of the city and the region.

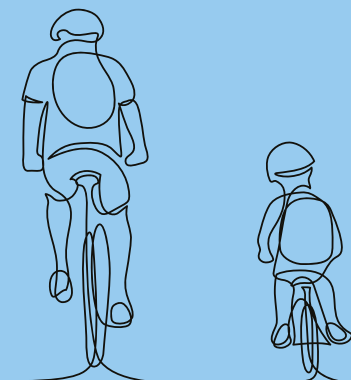
### MILL TRAIL

Indicated for practitioners and mountain bikers, it leaves the UPA Sertãozinho (a local hospital), traveling through the rural area, reaching the Engenho Central (Central Mill), where the Museu da Cana (Sugarcane Museum) is installed, an important museum in the countryside of São Paulo, between the cities of Sertãozinho and Pontal. The Museu da Cana has educational, cultural, and environmental activities. **Average time to complete the route:** 2 hours - **Total distance:** 25 km

### LAGOONS' ROUTE

Departing from the Sino roundabout, at the entrance to the city of Sertãozinho, towards the Cruz das Poses District. It passes through several rural roads, crossing the Santo Antônio Plant, Colônia Preta, built by freed slaves who settled down in Cruz das Poses. In this route, the exuberance of nature is present in the three lagoons, bordered by the road, providing greater contact with nature and enchanting scenarios. **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 30 km

**Tourist information center - Address:** Pórtico de Sertãozinho, R. Via de Acesso Octávio Verri - **Opening hours:** From 9 a.m. to 9 p.m., from Tuesday to Sunday - **Telephone:** (+55 16) 3942-7223 - **Email:** turismo@sertaozinho.sp.gov.br







## BRODOWSKI

A cidade se destaca também em rotas e eventos para os amantes do ciclismo e do cicloturismo. São diversas rotas que percorrem áreas rurais e proporcionam experiências diversas. São elas: Rola Gato, Rola Gatinho, Fazenda do Alho, Os Bois, A Ilha, Banespinha e Fazenda da Barra.





## Rota Rola Gato

Trilha moderada, para adeptos de mountain bike e downhill, com dois trechos mais intensos: a subida do Rola Gato, por ser íngreme e longa; a subida da mangueira, por ser bem íngreme. Pedal excelente para treino de resistência e vale muito parar para apreciar belíssimas paisagens. No início, antes da descida para o vale, o engenho de aguardente é um ponto que vale ser visitado. **Tempo médio para completar a rota: 5h30 Total de km: 59.35**

## Trilha da Cachoeira do Zola

Essa trilha que segue de Brodowski até o Horto/Cachoeira do Zola é mais um trajeto em que a natureza surpreende. No interior do Horto existem inúmeras trilhas dentro da mata fechada, indicadas para praticantes de mountain bike experientes. Depois um longo trecho entre asfalto e estradas de terra, a cachoeira é incrível. Depois de um banho refrescante ou parada para aproveitar as imagens, a volta exige dedicação dos ciclistas, com muitas subidas. **Tempo médio para completar a rota: 3h50 Total de km: 62.57**

## Brodowski a Cafezinho

Dentro do Horto a natureza surpreende com seus cenários e trilhas com um longo trecho em torno de uma plantação e a grande casa da máquina no alto. Na descida com grande extensão, na direção da primeira bica, dá para observar que o percurso, indicado para praticantes de mountain bike e de downhill, também possui muitas subidas. **Tempo médio para completar a rota: 4h Total de km: 49.94**

## Trilha Cachoeira dos Macacos

O caminho leva até a cachoeira dos Macacos, em Altinópolis. É considerado por muitos ciclistas como o melhor caminho por terra para a prática de mountain bike. Com uma boa elevação é uma das trilhas mais interessantes, com paisagens surpreendentes e a oportunidade de conhecer uma bela queda d'água da região. Pedal com nível de dificuldade difícilíssimo, que compensa pelas lindas imagens da região toda. **Tempo médio para completar a rota: 5h45 Total de km: 89.77**

## Trilha Fazenda do alho

Esta rota é de apenas 10km partindo do Sítio do Pica-Pau Amarelo. Estrada de terra, sempre priorizando o melhor caminho com menos elevações para os praticantes de mountain bike e downhill, com muitas belezas naturais pelo caminho. Na aconchegante Fazenda do Alho existem quatro charmosas quedas d'água. O percurso tem grandes trechos repletos de areia, exigindo mais atenção dos ciclistas. É cobrada uma taxa de entrada.

**Tempo médio para completar a rota:** 2h48 **Total de km:** 28.59

## Trilha Horto Batatais

Um passeio rápido pelo Horto de Batatais com partida em Brodowski. Uma trilha leve e tranquila para recarregar as energias, com lindas paisagens. Pedal incrível, mais técnica, mas indicada até para iniciantes. Sombra em 90% do percurso. **Tempo médio para completar a rota:** 2h27 **Total de km:** 39.26

## Trilha Engenho da Biquinha

Subidas e descidas, rios e quedas d'água. É preciso ter habilidade, concentração e resistência para percorrer. Essa trilha se destaca pelas belas paisagens e a oportunidade de visitar a fábrica de cachaça e rapadura. **Tempo médio para completar a rota:** 3h25 **Total de km:** 36.17

## Trilha Caminhos da Mogiana

Este trajeto foi traçado com base na antiga linha férrea que ligava as cidades do interior paulista, a chamada linha Rio Grande. Ao percorrer a trilha é possível conhecer três estações de trem que eram interligadas pelos trilhos -Batatais, Brodowski e Parnaíba. Em grande parte, a rota repete o caminho feito pelos trens e revela a história marcada pelo tempo. **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 27.98

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Gal. Carneiro nº 454, Centro - **Horário de Funcionamento:** 7 às 11 e 12h30 às 17h - **Telefone:** (16) 3664-9182 - **E-mail:** turismo@brodowski.sp.gov.br





### **BRODOWSKI**

The city also stands out in the routes and events for lovers of cycling and cycle tourism. There are several routes that run through rural areas and provide different experiences. They are: Rola Gato, Rola Gatinho, Fazenda do Alho, Os Bois, A Ilha, Banespinha and Fazenda da Barra.

### **ROLA GATO ROUTE**

Moderate trail, for mountain bike and downhill enthusiasts, with two more intense sections: the ascent of Rola Gato, as it is steep and long; and the ascent of Mangueira, as it is very steep. It is an excellent pedal for resistance training where it worth stopping by to enjoy beautiful landscapes. At the beginning of the trail, before heading down to the valley, the sugar mill is a point worth visiting. **Average time to complete the route:** 5 hours 30 minutes **Total distance:** 59.35

### **ZOLA WATERFALL TRAIL**

This trail, that goes from Brodowski to Horto/Cachoeira do Zola, is another path where nature surprises. In the Horto there are numerous trails inside the dense forest, suitable for experienced mountain bikers. After a long section of asphalt and dirt roads, the waterfall is incredible. After a refreshing bath or a stop to enjoy the scenery, the return requires dedication from the cyclists, with many climbs. **Average time to complete the route:** 3 hours 50 minutes **Total distance:** 62.57 km

### **FROM BRODOWSKI TO CAFEZINHO TRAIL**

Inside the Horto, nature surprises with its scenery and trails with a long section around a plantation and the presence of an engine room at the top of the hill. On the long descent, towards the first spout, it is possible to see that the route, suitable for mountain bikers and downhill practitioners, also has many climbs. **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 49.94 km

### **MONKEY WATERFALL TRAIL**

The path takes to the Macacos waterfall, in Altinópolis. It is considered by many cyclists to be the best overland route for mountain biking. With a good elevation, it is one of the most interesting trails, with surprising landscapes and the opportunity to see a beautiful waterfall in the region. It is a trail with a very difficult level, that worth it because of the beautiful images of the entire region. **Average time to complete the route:** 5 hours 45 minutes **Total distance:** 89.77 km

### **GARLIC FARM TRAIL**

This route is only 10km from the farm Sítio do Pica-Pau Amarelo. A dirt road considered the best path with less elevations for mountain bike and downhill practitioners, with many natural beauties along the way. In the cozy Fazenda do Alho (Garlic Farm) there are four charming waterfalls. The route has large sections full of sand, demanding more attention from cyclists. An entry fee is charged. **Average time to complete the route:** 2 hours 48 minutes **Total distance:** 28.59 km

### **HORTO BATATAIS TRAIL**

It is a quick tour around the Horto Batatais departing from Brodowski. A light and peaceful trail to recharge energies, with beautiful landscapes. An amazing cycle route, more technical, but suitable even for beginners. There is shade in 90% of the way. **Average time to complete the route:** 2 hours 27 minutes **Total distance:** 39.26 km

### **BIQUINHA MILL TRAIL**

Ups and downs, rivers, and waterfalls. Skill, concentration, and stamina are needed to run it. This trail stands out for its beautiful landscapes and the opportunity to visit the cachaça and rapadura factory. **Average time to complete the route:** 3 hours 25 minutes **Total distance:** 36.17 km

### **MOGIANA PATHS TRAIL**

This route was traced based on the old railway line that connected the cities of São Paulo countryside, the so-called Rio Grande line. Running the trail, it is possible to visit three train stations that were interconnected by the rails - Batataes, Brodowski and Parnaíba. In a large extent, the route repeats the path taken by the trains and reveals the history marked by time. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 27.98 km

**Tourist information center - Address:** Rua Gal. Carneiro nº 454, Centro - **Opening hours:** From 7 a.m. to 11 a.m. and from 12:30 p.m. to 5 p.m. - **Telephone:** (+55 16) 3664-9182 **E-mail:** turismo@brodowski.sp.gov.br



### **BRODOWSKI**

La ciudad también destaca en rutas y eventos para los amantes del ciclismo y el cicloturismo. Hay varias rutas que discurren por zonas rurales y ofrecen diferentes experiencias. Ellos son: Rola Gato, Rola Gatinho, Fazenda do Alho, Os Bois, A Ilha, Banepinha y Fazenda da Barra.

### **ROTA ROLA GATO**

Sendero moderado, para los amantes de la bicicleta de montaña y del descenso, con dos tramos más intensos: la subida a Rola Gato, ya que es empinada y larga; la subida de la manguera, ya que es bastante empinada. Excelente pedal para entrenamiento de resistencia y vale la pena detenerse para disfrutar de hermosos paisajes. Al principio, antes de bajar al valle, el ingenio azucarero es un punto digno de visitar. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5,5 horas **Km totales:** 59.35

### **TRILHA DA CACHOEIRA DO ZOLA**

Este sendero que va de Brodowski a Horto/Cachoeira do Zola es otro camino donde la naturaleza sorprende. Dentro de Horto hay numerosos senderos dentro del denso bosque, aptos para ciclistas de montaña experimentados. Después de un largo trecho entre asfalto y caminos de tierra, la cascada

es increíble. Después de un baño refrescante o una parada para disfrutar de las imágenes, el regreso requiere dedicación de los ciclistas, con muchas subidas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:50 horas **Km totales:** 62.57

### **BRODOWSKI A CAFEZINHO**

Dentro del Horto, la naturaleza sorprende con sus paisajes y senderos con un largo tramo alrededor de una plantación y la gran casa de máquinas en la parte superior. En la larga bajada, hacia el primer caño, se nota que el recorrido, apto para ciclistas de montaña y practicantes del descenso, también tiene muchas subidas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 49.94

### **TRILHA CACHOEIRA DOS MACACOS**

El camino conduce a la cascada Macacos, en Altinópolis. Muchos ciclistas la consideran la mejor ruta terrestre para el ciclismo de montaña. Con una buena elevación, es uno de los senderos más interesantes, con paisajes sorprendentes y la oportunidad de ver una hermosa cascada en la región. Pedalea con un nivel de dificultad muy difícil, que compensa las hermosas imágenes de toda la región. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:45 horas **Km totales:** 89.77

### **TRILHA FAZENDA DO ALHO**

Esta ruta está a sólo 10 km del Sítio do Pica-Pau Amarelo. Camino de tierra, priorizando siempre el mejor camino con menos desnivel para los practicantes de mountain bike y downhill, con muchas bellezas naturales a lo largo del camino. En la acogedora Fazenda do Alho hay cuatro cascadas encantadoras. El recorrido tiene grandes tramos llenos de arena, demandando mayor atención por parte de los ciclistas. Se cobra una cuota de entrada. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:48 horas **Km totales:** 28.59

### **TRILHA HORTO BATATAIS**

Un recorrido rápido por los jardines de la ciudad de Batatais saliendo de Brodowski. Un sendero ligero y tranquilo para recargar energías, con hermosos paisajes. Increíble pedal, más técnico, pero apto incluso para principiantes. Sombrea el 90% del cami-

no. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:27 horas **Km totales:** 39.26

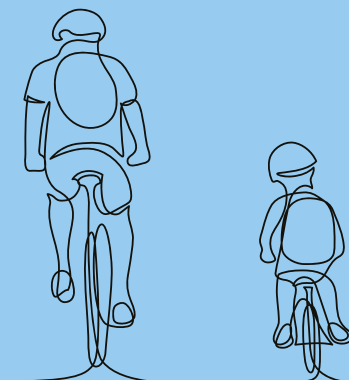
### **TRILHA ENGENHO DA BIQUINHA**

Subidas y bajadas, ríos y cascadas. Se necesita habilidad, concentración y resistencia para caminar. Este sendero se destaca por sus hermosos paisajes y la oportunidad de visitar la fábrica de cachaza y rapadura. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:25 horas **Km totales:** 36.17

### **TRILHA CAMINHOS DA MOGIANA**

Esta ruta fue trazada a partir de la antigua vía férrea que conectaba las ciudades del interior de São Paulo, la llamada línea Rio Grande. Caminando por el sendero, es posible visitar tres estaciones de tren que estaban interconectadas por los rieles: Batataes, Brodowski y Parnaíba. En gran medida, el recorrido repite el recorrido de los trenes y revela la historia marcada por el tiempo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:30 horas **Km totales:** 27.98

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua General Carneiro nº 454, Centro. Abierto de las 7 am hasta las 11 am y de las 12h30 pm hasta las 5 pm - **Teléfono:** (+55 16) 3664-9182 - **Correo electrónico:** turismo@brodowski.sp.gov.br





# MONTE ALTO

A cidade tem um enorme potencial para o cicloturismo, com aproximadamente 400km de estradas rurais.



Foto: Ken Chu - Expressão Studio





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Rota das Capelas

Percurso turístico indicado para praticantes de mountain bike, com elevação de 1.844 metros. A rota passa por 13 capelas, com belíssimas serras e vales da cidade. Suas principais características são as subidas de alta inclinação e a natureza exuberante, além de servir como preparação àqueles que desejam se preparar para o Caminho da Fé. **Site da Rota:** <http://montealto.sp.gov.br/site/rotadascapelas/> **Tempo médio para completar a rota:** 7h **Total de km:** 90

## 50K5S

O circuito 50K5S foi desenvolvido para os ciclistas praticantes de mountain bike que gostam de aventura, passando por 50km de estradas rurais e desbravando cinco serras montealtenses. O alto grau de elevação faz com que o passeio exija ainda mais esforço dos ciclistas, permitindo um treino incrível por paisagens fascinantes. Um treino curto, mas desafiador. **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 50

## 80K8S

Ampliando o circuito 50K5S, o 80K8S aumenta o grau de dificuldade e extensão para os ciclistas, na modalidade de mountain bike, exigindo maior dedicação e empenho. As oito serras percorridas trazem um cenário de vales e morros que encantam os olhos e um contato direto com a natureza. **Tempo médio para completar a rota:** 6h **Total de km:** 80

## Rota MTBeer

Considerada como a rota de cicloturismo mais intensa da cidade, a MTBeer possui grau de dificuldade máximo e longa duração. O percurso, indicado para praticantes de mountain bike, é um treino de superação e resistência para os ciclistas: percorre praticamente todas as subidas consideradas difíceis em área rural, com aproximadamente 3.000 metros de altimetria. Uma verdadeira maratona que exige um alto nível de esforço do ciclista, demonstrando que Monte Alto possui cenários para treinos de alta complexidade. **Tempo médio para completar a rota:** 12h **Total de km:** 140



# Rota Romaria dos Ciclistas à Virgem Montesina

Todos os anos, entre 6 e 8 de setembro, acontece a Romaria ao Santuário Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina, reunindo milhares de fiéis, de diversas cidades da região, para as celebrações religiosas à Virgem Montesina. Os ciclistas se organizam uma semana antes para realizarem sua romaria, percorrendo um caminho que passa por cidades da região. O percurso é também uma forma de fé e devoção. **Tempo médio para completar a rota: 7h Total de km: 115**

## Romaria à Casa de Maria - Virgem Montesina

No Distrito de Aparecida de Monte Alto, o Santuário Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina é um símbolo importante do turismo religioso da cidade. O percurso de ida e volta até o local é tradicional e acontece de diversas formas, recebendo dezenas de romarias durante o ano. Essa rota, por trecho rural, exhibe um cenário de belíssimas paisagens, onde é possível avistar o Santuário se aproximando, um dos registros imperdíveis do pedal. **Tempo médio para completar a rota: 3h30 Total de km: 40**



### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Dr. Raul da Rocha Medeiros, 1390, Centro, Monte Alto, SP

**Horário de Funcionamento:** 9 às 16h, segunda a sexta

**Telefone:** (16) 3244-3113

**E-mail:** turismo@montealto.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista

Canal Online de Informações Turísticas - WhatsApp

**Horário de Funcionamento:** Todos os dias, das 9 às 16h

**Telefone:** (16) 3242-5343

**E-mail:** turismo@montealto.sp.gov.br



### MONTE ALTO

The city has enormous potential for cycle tourism, with approximately 400km of rural roads.

### CHAPELS ROUTE

It is a tourist route suitable for mountain bikers, with an elevation of 1.844 meters. The route passes through 13 chapels, with beautiful mountains and valleys of the city. Its main features are the steep ascents and exuberant nature, but it also works as a training route for those who wish to prepare for the Caminho da Fé (Faith Path).

**Route website:** <http://montealto.sp.gov.br/site/rotadascapelas/> **Average time to complete the route:** 7 hours **Total distance:** 90 km

### 50K5S CIRCUIT

The 50K5S Circuit was developed for cyclists who practice mountain bikes who like adventure, passing through 50 km of rural roads and exploring five mountain ranges in Monte Alto. The high degree of elevation makes the ride even more demanding for cyclists, allowing an incredible workout through fascinating landscapes. A short but challenging workout. **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 50 km

### 80K8S CIRCUIT

Expanding the 50K5S Circuit, the 80K8S increases the level of difficulty and extension for cyclists, in the mountain bike modality, requiring greater dedication and commitment. The eight mountains along the way bring a scenery of valleys and hills that delight the eyes, providing also a direct contact with nature.

**Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 80 km

### MTBEER ROUTE

Considered as the most intense cycle tourism route in the city, MTBeer has a maximum level of difficulty and a long duration. The route, suitable for mountain bikers, is an overcoming and resistance training for cyclists: it covers practically all the climbs considered difficult in rural areas, with approximately 3,000 meters of altimetry. A real marathon that demands a high level of effort from the cyclist, demonstrating that Monte Alto has scenarios for highly complex training. **Average time to complete the route:** 12 hours **Total distance:** 140 km

### ROUTE CYCLISTS PILGRIMAGE TO THE VIRGEM MONTESINA

Every year, between the 6th and 8th of September, there is a pilgrimage to the Santuário Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina (a Sanctuary), bringing together thousands of people with faith, from different cities in the region, for the religious celebrations to the Virgem Montesina. The cyclists organize themselves a week in advance to the pilgrimaging, traveling a path that passes through cities in the region. The journey is also a form of faith and devotion. **Average time to complete the route:** 7 hours **Total distance:** 115 km

### PILGRIMAGE TO THE CASA DE MARIA - VIRGEM MONTESINA

In the District of Aparecida de Monte Alto, the Santuário Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina is an important symbol of religious tourism in the city. The round-trip route to the place is traditional and takes place in different ways, receiving dozens of pilgrimages during the year. This route, through a rural section, presents a scenery of beautiful landscapes, where it is possible to see the Sanctuary approaching, one of the must-see records of the cycling. **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 40 km

### Tourist information center

**Address:** Rua Dr. Raul da Rocha Medeiros, 1390, Centro, Monte Alto, SP - **Opening hours:** From 9 a.m. to 4 p.m., Monday to Friday - **Telephone:** (+55 16) 3244-3113 - **E-mail:** turismo@montealto.sp.gov.br

### Tourist information center

Online Tourist Information Channel - WhatsApp - **Opening hours:** Every day, from 9 a.m. to 4 p.m. - **Telephone:** (+55 16) 3242-5343 - **E-mail:** turismo@montealto.sp.gov.br





### MONTE ALTO

La ciudad tiene un enorme potencial para el cicloturismo, con aproximadamente 400 km de caminos rurales.

### ROTA DAS CAPELAS

Ruta turística apta para ciclistas de montaña, con un desnivel de 1.844 metros. El recorrido pasa por 13 ermitas, con hermosas montañas y valles de la ciudad. Sus principales características son las fuertes ascensiones y la naturaleza exuberante, además de servir como preparación para quienes deseen prepararse para el Camino de la Fe.

**Página web de la ruta:** <http://montealto.sp.gov.br/site/rotadascapelas/>

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 90

### 50K5S

El circuito 50K5S fue desarrollado para ciclistas practicantes de mountain bike que gustan de aventura, transitando por 50 km de caminos rurales y explorando cinco cadenas montañosas en Monte Alto, con alto grado de elevación hace que el viaje sea aún más exigente para los ciclistas, lo que permite un entrenamiento increíble disfrutando de paisajes fascinantes, es un entrenamiento corto pero desafiante.

**Tiempo medio para completar la ruta:** 4 hora **Km totales:** 50

### 80K8S

Ampliando el circuito 50K5S, el 80K8S aumenta el grado de dificultad y extensión para los ciclistas, en la modalidad de mountain bike, requiriendo mayor dedicación y

compromiso. Las ocho montañas que se recorren traen un paisaje de valles y cerros que deleita la vista y un contacto directo con la naturaleza.

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 80

### ROTA MTBEER

Considerada como la ruta de cicloturismo más intensa de la ciudad, MTBeer tiene un grado máximo de dificultad y larga duración. El recorrido, apto para ciclistas de montaña, es un entrenamiento de superación y resistencia para ciclistas: cubre prácticamente todas las ascensiones consideradas difíciles en zonas rurales, con aproximadamente 3.000 metros de altimetría. Una verdadera maratón que exige un alto nivel de esfuerzo por parte del ciclista, demostrando que Monte Alto cuenta con escenarios para entrenamientos de alta complejidad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 12 horas **Km totales:** 140

### ROTA ROMARIA DOS CICLISTAS À VIRGEM MONTESINA

Cada año, entre el 6 y el 8 de septiembre, se realiza una romería al Santuario Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina, que reúne a miles de fieles, de diferentes ciudades de la región, para las celebraciones religiosas a la Virgen Montesina. Los ciclistas se organizan con una semana de anticipación para realizar su peregrinaje, recorriendo un camino que pasa por ciudades de la región. El viaje es también una forma de fe y devoción. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 115

### ROMARIA À CASA DE MARIA - VIRGEM MONTESINA

En el Distrito de Aparecida de Monte Alto, el Santuario Diocesano de Nossa Senhora da Conceição Montesina es un importante símbolo del turismo religioso en la ciudad. El recorrido de ida y vuelta al lugar es tradicional y se realiza de diferentes formas, recibiendo decenas de romerías durante el año. Esta ruta, por un tramo rural, despliega un escenario de bellos paisajes, donde es posible ver acercarse el Santuario, uno de los registros imperdibles del pedal. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3,5 horas **Km totales:** 40

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Doutor Raul da Rocha Medeiros, 1390, Centro, Monte Alto, SP.

Abierto de las 9 am hasta las 4 pm, de lunes a viernes

**Teléfono:** (+55 16) 3244-3113

**Correo electrónico:** turismo@montealto.sp.gov.br

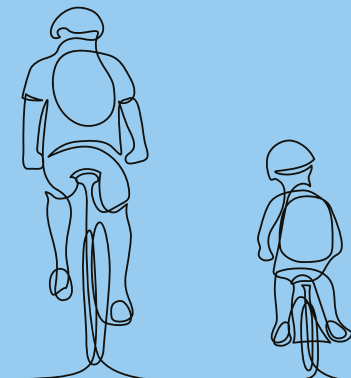
### Centro de Atención al Turista

Canal Online de Informações Turísticas - WhatsApp

Abierto todos los días de las 9 am hasta las 4 pm

**Teléfono:** (+55 16) 3242-5343

**Correo electrónico:** turismo@montealto.sp.gov.br





# CAMINHOS DO TIETÊ

**CAMINHOS DO TIETÊ TOURIST REGION**  
**REGIÓN TURÍSTICA CAMINHOS DO TIETÊ**

## DOIS CÓRREGOS

O cicloturismo em Dois Córregos é uma prática cada vez mais crescente. Os ciclistas utilizam rotas próprias na área rural e com a atualização da lei do COMTUR, em 2022, essa categoria ganhou ainda mais força. A composição do conselho da cidade tem a representatividade dos ciclistas, com mais voz ativa nesse segmento.

Foto: Luis França



# Rota Caminho Peregrino Via Lucis

Seu percurso é realizado em estradas rurais e urbanas com vários pontos de apoio. O roteiro foi desenhado por profissionais dos municípios de Torrinha, Dois Córregos, Brotas, Mineiros do Tietê e Jaú. A rota tem início próximo à Igreja Frei Galvão, em Jaú, e segue pelas cidades de Mineiros do Tietê, Dois Córregos, Brotas, chegando até o Mosteiro Paraíso, em Torrinha. O trajeto, em sua maioria, está demarcado em estrada de terra. Os participantes pagam uma taxa, recebem um “passaporte” e durante o percurso poderá carimbá-los nos pontos de apoio: Projeto Coragem, AFICA, Padaria Sabor e Massas, Igreja Matriz e Hotel Vanoni. **Site da Rota:** <http://agromonges.com/via-lucis/> **Tempo médio para completar a rota:** 23h **Total de km:** 105

## Rota APA - Área de Proteção Ambiental Corumbataí

É toda percorrida em área ecológica, com cenários naturais exuberantes e preservados. O caminho foi traçado em parceria com os ciclistas locais e Secretaria de Meio Ambiente, na Área de Proteção Ambiental (APA) Corumbataí. O percurso pode ser reduzido conforme a capacidade física e resistência dos ciclistas. **Site da Rota:** <https://doiscorregos.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 39.30



### Posto de Atendimento ao Turista I

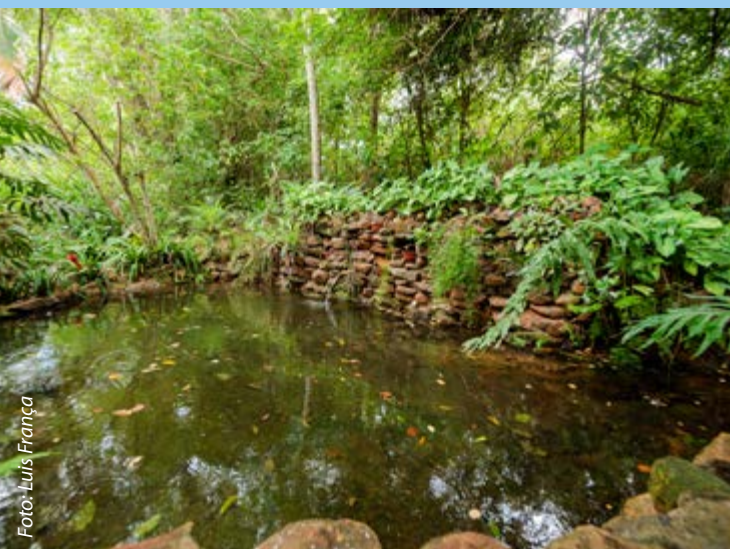
**Endereço:** Avenida Dom Pedro I, 339, Centro, Dois Córregos, SP  
**Horário de Funcionamento:** 8 às 11h e das 13 às 17h **Telefone:** (14) 3652-3666 **E-mail:** culturaeturismo@doiscorregos.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista II

**Endereço:** Avenida Gofredo Schilimi, nº 245, Vila Bandeirantes, Dois Córregos, SP **Horário de Funcionamento:** 24 horas **Telefone:** (14) 3652-9950 **E-mail:** turismo@doiscorregos.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista III

**Endereço:** Praça Prefeito Osvaldo Casonato, s/n, sala 09 da Estação Ferroviária, Dois Córregos, SP **Horário de Funcionamento:** Terça a sábado, das 8 às 11h e das 13 às 17 horas **Telefone:** (14) 3652-3666 **E-mail:** turismo@doiscorregos.sp.gov.br



## DOIS CÓRREGOS

Cycle tourism in Dois Córregos is an increasingly growing practice. Cyclists use their own routes in rural areas, and with the update of the COMTUR law in 2022, this category has gained even more strength. The composition of the city council is represented by cyclists, with more active voice in this segment.

### PILGRIM WAY VIA LUCIS ROUTE

This route runs through rural and urban roads with several supporting points. It was designed by professionals from the municipalities of Torrinhã, Dois Córregos, Brotas, Mineiros do Tietê and Jaú. The route starts near the Frei Galvão

Church, in Jaú, and goes through the cities of Mineiros do Tietê, Dois Córregos, Brotas, reaching the Paraíso Monastery, in Torrinhã. The route is mostly marked on a dirt road. The participants pay a fee, receive a "passport" and can stamp them during the tour at the supporting points: Projeto Coragem, AFICA, Padaria Sabor e Massas, Igreja Matriz and Hotel Vanoni. **Route website:** <http://agromonges.com/via-lucis/> **Average time to complete the route:** 11 hours **Total distance:** 105 km

### APA ROUTE – CORUMBATAÍ ENVIRONMENTAL PROTECTION AREA

It is all covered in an ecological area, with exuberant and preserved natural scenarios. The path was traced in partnership with local cyclists and the Environment Department, in the Corumbataí Environmental Protection Area (APA). The route can be shortened according to the physical capacity and resistance of the cyclists. **Route website:** <https://doiscoregos.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 39.30 km

**Tourist information center I - Address:** Avenida Dom Pedro I, 339, Centro, Dois Córregos, SP **Hours of Operation:** From 8 a.m. to 11 a.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 14) 3652-3666 **E-mail:** [culturaeturismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:culturaeturismo@doiscoregos.sp.gov.br)

**Tourist information center II - Address:** Avenida Gofredo Schilimi, nº 245, Vila Bandeirantes, Dois Córregos, SP **Opening Hours:** 24 hours **Telephone:** (+55 14) 3652-9950 **E-mail:** [turismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:turismo@doiscoregos.sp.gov.br)

**Tourist information center III - Address:** Praça Prefeito Osvaldo Casonato, s/n, sala 09 da Estação Ferroviária, Dois Córregos, SP **Opening Hours:** Tuesday to Saturday, from 8 a.m. to 11 a.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 14) 3652-3666 **E-mail:** [turismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:turismo@doiscoregos.sp.gov.br)

## DOIS CÓRREGOS

El cicloturismo en Dois Córregos es una práctica cada vez más creciente. Los ciclistas utilizan sus propias rutas en las zonas rurales y con la actualización de la ley COMTUR en 2022, esta categoría ha tomado aún más fuerza. La composición del ayuntamiento está representada por ciclistas, con voz más activa en este segmento.

### ROTA CAMINHO PEREGRINO VIA LUCIS

Su recorrido se realiza por caminos rurales y urbanos con varios puntos de apoyo. El guión fue diseñado por profesionales de los municipios de Torrinhã, Dois Córregos, Brotas, Mineiros do Tietê y Jaú. La ruta comienza cerca de la Iglesia de Frei Galvão, en Jaú, y pasa por las ciudades de Mineiros do Tietê, Dois Córregos, Brotas, llegando al Monasterio del Paraíso, en Torrinhã. La ruta está marcada en su mayoría en un camino de tierra. Los participantes pagan una cuota, reciben un "pasaporte" y pueden sellarlos durante el recorrido en los puntos de apoyo: Projeto Coragem, AFICA, Padaria Sabor e Massas, Igreja Matriz y Hotel Vanoni. **Página web de la ruta:** <http://agromonges.com/via-lucis/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 23 horas **Km totales:** 105

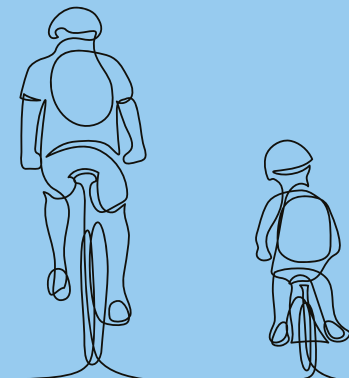
### ROTA APA - ÁREA DE PROTEÇÃO AMBIENTAL CORUMBATAÍ

Todo ello envuelto en un área ecológica, con escenarios naturales exuberantes y preservados. El camino fue trazado en colaboración con ciclistas locales y la Secretaría de Medio Ambiente, en el Área de Protección Ambiental (APA) de Corumbataí. El recorrido se puede acortar según la capacidad física y resistencia de los ciclistas. **Página web de la ruta:** <https://doiscoregos.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 horas **Km totales:** 39.30

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Dom Pedro I, 339, Centro, Dois Córregos, SP. **Abierto de las 8 am hasta las 11 am y de la 1 pm hasta las 5 pm** **Teléfono:** (+55 14) 3652-3666 **Correo electrónico:** [culturaeturismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:culturaeturismo@doiscoregos.sp.gov.br)

**Centro de Atención al Turista II - Dirección:** Avenida Gofredo Schilimi, nº 245, Vila Bandeirantes, Dois Córregos, SP - **Abierto:** 24 horas - **Teléfono:** (+55 14) 3652-9950 - **Correo electrónico:** [turismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:turismo@doiscoregos.sp.gov.br)

**Centro de Atención al Turista III - Dirección:** Praça Prefeito Osvaldo Casonato, s/n, sala 09 da Estação Ferroviária, Dois Córregos, SP. **Abierto de martes a sábado, de las 8am hasta las 11am y de las 13pm hasta las 17pm** **Teléfono:** (+55 14) 3652-3666 **Correo electrónico:** [turismo@doiscoregos.sp.gov.br](mailto:turismo@doiscoregos.sp.gov.br)







# JAÚ

Paisagens paradisíacas típicas de cidade de interior, envolvendo áreas rurais, estradas e muito mais. O percurso noturno pelas ruas centrais da cidade, com acompanhamento de batedores e sinalização, garante o trajeto livre e atraem cada vez mais adeptos e turistas. Além das ruas centrais também podem contar com os percursos rurais, estradas com visuais incríveis e natureza surpreendente, que atraem cada vez mais praticantes. **Site da rota:** [https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page_internal) - <https://www.jau.sp.gov.br/>

## **Posto de Atendimento ao Turista I**

**Endereço:** Avenida Totó Pacheco, 1647, 2a zona industrial

**Horário de Funcionamento:** 9 às 19 horas **Telefone:** (14) 3621-9339

## **Posto de Atendimento ao Turista II**

**Endereço:** Estação Ferroviária de Jahu **Horário de Funcionamento:** 8 às 17 horas **Telefone:** (14) 3626-5884

Foto: Luis França





## JAÚ

Paradisiacal landscapes typical of a countryside city, involving rural areas, roads and much more. The night tour through the central streets of the city, accompanied by scouts and signage, guarantees a free route, and attracts more and more fans and tourists. In addition to the central streets, you can also count on rural routes, roads with incredible views and surprising nature, which attract more and more practitioners. **Route website:** [https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page_internal) - <https://www.jau.sp.gov.br/>

**Tourist information center I - Address:** Avenida Totó Pacheco, 1647, 2ª zona industrial - **Opening hours:** From 9 a.m. to 7 p.m. **Telephone:** (+55 14) 3621-9339

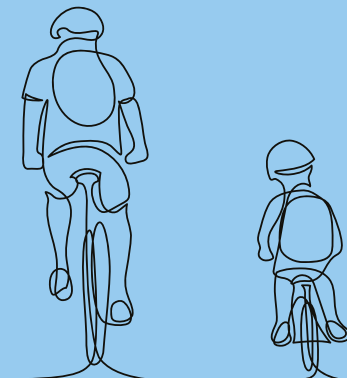
**Tourist information center II - Address:** Estação Ferroviária de Jahu (Jahu Railway Station) - **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 14) 3626-5884

## JAÚ

Paisajes paradisíacos propios de una ciudad del interior, involucrando zonas rurales, caminos y mucho más. El recorrido nocturno por las calles céntricas de la ciudad, acompañado de ojeadores y señalización, garantiza un recorrido libre y atrae cada vez a más aficionados y turistas. Además de las calles centrales, también puedes contar con rutas rurales, caminos con increíbles vistas y naturaleza sorprendente, que atraen cada vez a más practicantes. **Página web:** [https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pedalaayrosa/photos/?ref=page_internal) - <https://www.jau.sp.gov.br/>

**Centro de Atención al Turista I - Dirección:** Avenida Totó Pacheco, 1647, 2a zona industrial. Abierto de las 9 am hasta las 7 pm **Teléfono:** (+55 14) 3621-9339

**Centro de Atención al Turista II - Dirección:** Estação Ferroviária de Jahu. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 14) 3626-5884





# CÂNIONS PAULISTA

*CÂNIONS PAULISTA ROUTE / CÂNIONS PAULISTA*

## ITARARÉ

Itararé possui um traçado que une a beleza das paisagens rurais, pontos de apoio e arquitetura religiosa. Contempla os atrativos turísticos, pontos de alimentação, descanso e produtos artesanais regionais. **Site da rota:** <http://www.itarare.sp.gov.br/>

Foto: Ken Chu - Expressão Studio



Foto: André Rosa

## Rota dos Mirantes

A rota foi traçada nos limites de dois importantes biomas, o Cerrado e a Mata Atlântica. A rota liga os municípios de Itararé e Bom Sucesso de Itararé, junto à natureza, para a observação de aves incríveis e lindos espetáculos de pôr-do-sol, com vista privilegiada de toda a região. **Tempo médio para completar a rota: 4h Total de km: 90**

## Rota Cachoeiras e piscinas naturais do Rio Verde

Na trilha, cachoeiras e piscinas naturais fazem parte da paisagem exuberante da natureza. Partindo de Itararé, a rota segue às margens do lindo Rio Verde, com sua água cristalina, considerada a segunda mais pura do estado de São Paulo. Na extensão, os ciclistas podem aproveitar cachoeiras incríveis, que convidam para um descanso e um banho revigorante, piscinas naturais e uma natureza surpreendente, de tirar o fôlego. **Tempo médio para completar a rota: 4h Total de Km: 40**

## Rota do Vale do Jaguaricatu 2

A rota segue pela famosa trilha das 7 Cachoeiras. Saindo de Itararé e rompendo o estado, a rota do Vale do Jaguaricatu é obrigatória no calendário do cicloturismo nacional. Desde pistas de asfalto, a cachoeiras, estrada de terra, montes, vales e uma natureza indescritível, a rota se sobressai no Sul de São Paulo e no Norte do Paraná. **Tempo médio para completar a rota: 6h**

**Total de km: 110**

### Posto de Atendimento ao Turista

Coordenadoria de Turismo **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h **Telefone:** (15) 3532-8077 **E-mail:** turismo@itarare.sp.gov.br



Foto: André Rosa





## ITARARÉ

Itararé has layout that unites the beauty of rural landscapes, points of support and religious architecture. It includes tourist attractions, food spots, rest and regional handmade products.

**Route website:** <http://www.itarare.sp.gov.br/>

## LOOKOUTS ROUTE

The route was traced in the limits of two important biomes, the Cerrado and the Atlantic Forest. The route connects the municipalities of Itararé and Bom Sucesso de Itararé, close to the nature, great for the observation of incredible birds and beautiful sunset shows, with a privileged view of the entire region. **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 90 km

## WATERFALLS AND NATURAL POOLS OF RIO VERDE ROUTE

On the trail, waterfalls and natural pools are part of the exuberant landscape of nature. Departing from Itararé, the route follows the banks of the beautiful river Rio Verde, with its crystal-clear water, considered the second purest in the state of São Paulo. In the extension, cyclists can enjoy incredible waterfalls, which invite to rest and to take an invigorating bath, natural pools, and a surprising nature, breathtaking.

**Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 40 km

## JAGUARICATU VALLEY ROUTE 2

The route follows the famous trail of the 7 Waterfalls. Leaving Itararé and crossing the state, the Jaguaricatu Valley route is mandatory in the national cycle tourism calendar. From asphalt tracks, to waterfalls, dirt roads, hills, valleys and an indescribable nature, the route stands out in the south of São Paulo and in the north of the state of Paraná. **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 110 km

**Tourist information center** - Tourism Coordination **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 15) 3532-8077 **E-mail:** [turismo@itarare.sp.gov.br](mailto:turismo@itarare.sp.gov.br)

## ITARARÉ

Itararé tiene un trazado que une la belleza de los paisajes rurales, los puntos de apoyo y la arquitectura religiosa. Incluye atracciones turísticas, lugares de comida, descanso y productos artesanales regionales. **Página web:** <http://www.itarare.sp.gov.br/>

## ROTA DOS MIRANTES

La ruta fue trazada en los límites de dos importantes biomas, el Cerrado y la Mata Atlántica. La ruta conecta los municipios de Itararé y Bom Sucesso de Itararé, cerca de la naturaleza, para la observación de increíbles aves y hermosos espectáculos de atardeceres, con una vista privilegiada de toda la región. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 90

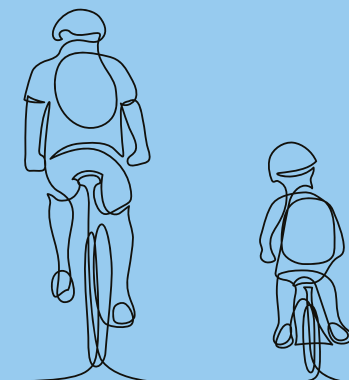
## ROTA CACHOEIRAS E PISCINAS NATURAIS DO RIO VERDE

En el camino, cascadas y pozas naturales forman parte del exuberante paisaje de la naturaleza. Partiendo de Itararé, la ruta sigue las orillas del hermoso Río Verde, con sus aguas cristalinas, considerada la segunda más pura del estado de São Paulo. En la extensión, los ciclistas pueden disfrutar de increíbles cascadas, que invitan al descanso y un baño tonificante, piscinas naturales y una naturaleza sorprendente, impresionante. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 40

## ROTA DO VALE DO JAGUARICATU 2

La ruta sigue el famoso sendero de las 7 Cascadas. Saliendo de Itararé y cruzando el estado, la ruta del Valle de Jaguaricatu es obligatoria en el calendario nacional de cicloturismo. Desde pistas de asfalto, hasta cascadas, caminos de tierra, colinas, valles y una naturaleza indescriptible, la ruta se destaca en el sur de São Paulo y en el norte de Paraná. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6h **Total de km:** 110

**Centro de Atención al Turista** - Coordenadoria de Turismo. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 15) 3532-8077 **Correo electrónico:** [turismo@itarare.sp.gov.br](mailto:turismo@itarare.sp.gov.br)







# CAPITAL - SÃO PAULO





## Rota Da Luz à Liberdade

Sugestão desse roteiro é aos sábados, quando dois pontos culturais, a Pinacoteca do Estado e o Museu da Língua Portuguesa têm entrada gratuita e na Praça da Liberdade acontece a sua tradicional feirinha, com barracas de comida e artesanato típico da cultura oriental. Essa rota percorre duas importantes regiões turísticas do centro da cidade. **Sites da rota:** [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber\\_Mapas\\_Ciclofaixas.jpg](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber_Mapas_Ciclofaixas.jpg) - <https://cidade-desapaulo.com/> ; <https://www.ciclocidade.org.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 5.6

## Rota de parque em parque, durante a semana

Esse roteiro é uma excelente opção para ciclistas que também querem aproveitar e conhecer melhor duas prestigiadas áreas verdes da cidade: o Parque Villa-Lobos, no bairro Alto de Pinheiros, e o Parque do Povo, no Itaim Bibi. Os parques Villa-Lobos e do Povo estão conectados pela ciclovia do Rio Pinheiros, com estrutura como banheiros, bebedouros e segurança no percurso, totalmente plano. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 23

## Rota Da Avenida Paulista ao Parque Ibirapuera aos domingos

Recomendada para ser percorrida pela ciclofaixa de lazer, que funciona aos domingos e feriados, das 7h às 16h. Atravessar toda extensão da avenida mais famosa da cidade, passando por vários pontos culturais, pedalar até o Parque das Bicicletas e o famoso Ibirapuera, na região sul, perto dos bairros Vila Mariana e Moema, é uma atividade repleta de surpresas agradáveis e as cores que Sampa oferece. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 15





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Rota De Parque em Parque aos Domingos

Aos domingos, com o funcionamento da ciclofaixa de lazer, das 7 às 16h, é possível percorrer três parques da cidade: Ibirapuera, do Povo e Villa-Lobos. São cenários diferentes, todos preparados para receber ciclistas e com áreas verdes especiais, que funcionam como verdadeiros oásis dentro da selva de pedra. Pausas para apreciar cada parque e descanso são recomendados, já que passeio pode se estender em cada um dos parques bem frequentados pelos paulistanos. **Tempo médio para completar a rota: 1h**  
**Total de km: 13**

## Rota Centro Histórico Durante a Semana

Oportunidade de presenciar o movimento intenso das pessoas que trabalham na região e observar o fluxo do comércio aberto, a arquitetura das construções históricas antigas. Um misto de história e modernidade, de gente compondo os cenários diferentes que se integram com a movimentação do centro. A rota sugerida: Pateo do Collegio, Solar da Marquesa, Caixa Cultural, Praça da Sé, Rua Benjamin Constant, Largo São Francisco, Faculdade de Direito da USP, Rua Líbero Badaró, Prédio da Prefeitura, Viaduto do Chá, Vista do Anhangabaú, Praça Ramos de Azevedo, Theatro Municipal, Rua Xavier de Toledo, Biblioteca Mário de Andrade, R. Dr. Bráulio Gomes, Rua Marconi, R. Barão de Itapetininga, Praça da República, Largo do Arouche, Av. São João, Av. Duque de Caxias, Estação Julio Prestes, Estação Pinacoteca, Memória da Resistência, Rua Mauá, Parque da Luz, Pinacoteca do Estado, Museu da Língua Portuguesa, Av. Cásper Líbero, Rua Antonio de Godoi, Largo Paissandu, Galeria Olido, Galeria do Rock, Av. São João (calçada), Vale do Anhangabaú, Edifício Martinelli, Farol Santander, Rua São Bento (calçada compartilhada), Café Girondino e Mosteiro São Bento. **Tempo médio para completar a rota: 2h** **Total de km: 7.1**



Foto: Ken Chu - Expressão Studio





## Rota Parque Ibirapuera

Roteiro para conhecer diversos e famosos atrativos no Parque Ibirapuera, aos sábados. A rota do Ibirapuera passa por todos os pontos importantes da área, como o Auditório, o Pavilhão Japonês, o Monumento às Bandeiras e o Museu Afro Brasil, com apoio de um monitor. As informações são transmitidas em português e inglês por um equipamento de áudio no capacete de cada participante. Para fazer parte, a pessoa tem que se inscrever pelo site e levar 2kg de alimento não-perecível, que será doado ao Núcleo Assistencial Bezerra de Menezes ou para a Missão Cena. A bicicleta, o capacete, outras peças de identificação e proteção, são fornecidos gratuitamente pelo Bike Tour. **Site da Rota:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Redes Sociais:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 7

## Roteiro Avenida Paulista

Roteiro aos domingos para conhecer a “Paulista”, aberta para ciclistas e pedestres, fechada para os carros e ônibus. O charme fica por conta não só do trajeto, mas pelos atrativos que o dia a dia não permite observar de perto os encantos e as belezas de uma das avenidas mais bonitas da cidade e seus pontos turísticos: fachadas de prédios modernos e históricos, o Parque Trianon, o MASP, Instituto Itaú Cultural, o prédio da Gazeta, a Casa das Rosas, a Japan House e muitos outros pontos muito visitados pelos turistas e prestigiados pelos paulistanos. As rotas de domingo possuem intérpretes de libras, trenzinho e hand bike para pessoas com mobilidade reduzida, triciclo para famílias e atividades para crianças. O passeio é gratuito, mas é necessária a doação de 2kg de alimentos não perecíveis, por pessoa. **Site da Rota:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Redes Sociais:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 2.5

## Bike Tour SP Centro Novo

Roteiro para conhecer diversos atrativos e pontos turísticos famosos do Centro Novo. Conta com dois monitores e o Audio Tour, com informações históricas e culturais narradas sobre os lugares visitados. O passeio é gratuito, mas para participar a organização pede a doação de 2kg de alimentos não perecíveis, por pessoa. **Site da Rota:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Redes Sociais:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de Km:** 3



Foto: Rodrigo Jacob Rebeca Ribeiro

## Bike Tour Centro

Roteiro para conhecer diversos atrativos e pontos turísticos famosos no centro histórico da cidade de São Paulo. O trajeto passa pelo Marco Zero, Catedral da Sé, Mosteiro São Bento, Edifício Martinelli e muito mais, com intérprete de libras. O passeio é gratuito, mas a doação de 2kg de alimentos não perecíveis por pessoa é uma gentileza pedida pelos organizadores. **Site da Rota:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Redes Sociais:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 2

## Urban Bike SP – Centro

Rota para grupos pequenos, o pedal percorre o centro de São Paulo, para explorar a história, a arquitetura e o clima da região central da cidade. O passeio começa no Largo do Arouche, bairro boêmio e ponto da comunidade LGBTQIA+ em São Paulo. Pelas ciclovias, a ideia é explorar a região reconhecida por seus restaurantes clássicos, bares e murais de arte urbana. Em seguida, Bom Retiro, bairro tradicional de imigrantes e região com influência da indústria têxtil. Na rota, visita à estação da Luz, à Pinacoteca e o Parque da Luz, o primeiro parque público de São Paulo. Dependendo do dia e do movimento da região, o tour segue pelo Mercado Municipal, seguindo pelo centro histórico, Vale do Anhangabaú, cercado por prédios famosos, viadutos antigos e murais modernos. Depois de visitar as praças, ruas e vielas do centro histórico, além de apreciar a arquitetura das igrejas e monumentos, o passeio segue para a Liberdade, bairro de influência oriental e histórias relacionadas a comunidade afro-brasileira. Para finalizar o passeio de bicicleta, a Praça Roosevelt, outra região boêmia que conta com teatros, bares e restaurantes. Nos feriados, finais de semana e no passeio noturno de bicicleta, é possível pedalar no Minhocão, famoso viaduto fechado para carros nesses dias e frequentado pelos moradores da região, visitantes e turistas para praticar atividades físicas e caminhadas. **Site da Rota:** <https://urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/> **Tempo médio para completar a rota:** 3h30 **Total de km:** 16





## Urban Bike SP - Street Art

Esse é um roteiro temático, especial para apreciar a arte de rua da cidade. O passeio começa na Vila Madalena, segue pelo Largo da Batata, com muitos bares, arte urbana e continua pela famosa Avenida Faria Lima, centro empresarial fervilhante da região. Após atravessar a ciclovia, o destino é o Parque Ibirapuera, cartão-postal da cidade e maior área verde de São Paulo. No Parque, o caminho segue em volta dos prédios projetados pelo arquiteto Oscar Niemeyer, como a Bienal, o Auditório e o Museu Afro-Brasileiro. No trajeto, miniflorestas e os melhores pontos ao redor do lago. Na volta, o bairro dos Jardins e uma parada no prestigiado Beco do Batman, sua famosa galeria de arte a céu aberto, com murais de renomados artistas do grafite e um dos lugares mais visitados de São Paulo. **Site da Rota:** <https://urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/> **Tempo médio para completar a rota:** 3h30 **Total de km:** 10

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Av. Paulista, 1853 - Bela Vista, São Paulo, SP, 01311-200 **Horário de Funcionamento:** Diariamente, das 9 às 18h. **Telefone:** (+55 11) 3288-8968





Foto: Priscila

## SÃO PAULO

### ROUTE FROM LUZ TO LIBERDADE

A suggestion for this itinerary is on Saturdays, when two cultural spots, the Pinacoteca do Estado and the Portuguese Language Museum, have free admission and a traditional market takes place in the square Praça da Liberdade, with food stalls and typical handicrafts of oriental culture. This route runs through two important tourist regions in the city center.

**Route websites:** [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber\\_Mapas\\_Ciclofaixas.jpg](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber_Mapas_Ciclofaixas.jpg) - <https://cidadede-saopaulo.com/> - <https://www.ciclocidade.org.br/>

**Average time to complete the route:** 3 hours

**Total distance:** 5.6 km

### ROUTE FROM PARK TO PARK, DURING THE WEEK

This route is an excellent option for cyclists who also want to enjoy and get to know better two prestigious green areas in the city: Parque Villa-Lobos, in the Alto de Pinheiros neighborhood, and Parque do Povo, in Itaim Bibi. Villa-Lobos and Povo parks are connected by the Pinheiros River bike path, with facilities such as restrooms, drinking fountains and security along the completely flat route. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 23 km

### ROUTE FROM AVENIDA PAULISTA TO IBIRAPUERA PARK ON SUNDAYS

Recommended to be covered by the leisure cycle lane, which operates on Sundays and holidays, from 7 a.m. to 4 p.m. Crossing the entire length of the city's

most famous avenue, passing through various cultural points, cycling to Parque das Bicicletas and the famous Ibirapuera, in the southern region, close to the Vila Mariana and Moema neighborhoods, is an activity full of pleasant surprises and the colors of São Paulo.

**Average time to complete the route:** 2 hours

**Total distance:** 15 km

### ROUTE FROM PARK TO PARK ON SUNDAYS

On Sundays, with the leisure cycle lane working from 7 a.m. to 4 p.m., it is possible to visit three parks in the city: Ibirapuera, do Povo and Villa-Lobos. There are different scenarios, all prepared to receive cyclists with special green areas, which function as true oases within the stone jungle. Pauses to enjoy each park and rest are recommended, as the tour can be extended to each of the parks, some of the most well frequented by people from São Paulo. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 13 km

### ROUTE HISTORIC CITY CENTER DURING THE WEEK

An opportunity to see the intense movement of people who work in the region and to observe the flow of open trade, in addition to the architecture of old historic buildings. A mix of history and modernity, with people composing the different scenarios that integrate the activity of the city center. The suggested route passes through: Pátio do Colégio, Solar da Marquesa, Caixa Cultural, Praça da Sé, Rua Benjamin Constant, Largo São Francisco, USP Law School, Rua Líbero Badaró, City Hall, Viaduto do Chá, View of Anhangabaú, Praça Ramos de Azevedo, Municipal Theatre, Rua Xavier de Toledo, Mário de Andrade Library, R. Dr. Bráulio Gomes, Rua Marconi, R. Barão de Itapetininga, Praça da República, Largo do Arouche, Av. San Juan, Av. Duque de Caxias, Júlio Prestes Station, Pinacoteca Station, Memory of the Resistance, Rua Mauá, Luz Park, State Art Gallery, Museum of the Portuguese Language, Av. Cásper Líbero, Rua Antonio de Godói, Largo Paissandu, Galeria Olido, Galeria do Rock, Av. São João (sidewalk), Vale do Anhangabaú, Martinelli Building, Farol Santander, São Bento Street (shared sidewalk), Café Girondino and São Bento Monastery. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 7.1 km



### IBIRAPUERA PARK ROUTE

An itinerary great for discovering several and famous attractions in Ibirapuera Park, on Saturdays. The Ibirapuera route passes through all the important points in the area, such as the Auditorium, the Japanese Pavilion, the Monument to the Flags and the Afro Brasil Museum, with the support of a tour guide. The information is transmitted in Portuguese and English by an audio device in the helmet of each participant. To take part of it, a person must register through the website and bring 2kg of non-perishable food, which will be donated to the Bezerra de Menezes Assistance Center or to Missão Cena. The bike, the helmet and other identification and protection pieces, are provided free of charge by the Bike Tour. **Route website:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Social networks:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 7 km

### PAULISTA AVENUE ROUTE

A tour on Sundays to visit "Paulista", opened to cyclists and pedestrians, but closed to cars and buses. The charm is not only due to the route, but also to the attractions that daily life does not allow to observe and absorb, up close, the charms and beauties of one of the most beautiful avenues in the city and its tourist attractions, the facades of modern buildings and historical sites, the Parque Trianon, the MASP, Instituto Itaú Cultural, the Gazeta building, Casa das Rosas, Japan House and many other places that are popular for tourists and prestigious by people from São Paulo. The Sunday routes have sing language interpreters, a tour train, hand bike for people with reduced mobility, tricycle for families, and activities for children. The tour is for free, but a donation of 2kg of non-perishable food is required, per person. **Route website:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Social networks:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 2.5 km

### NEW CITY CENTER OF SÃO PAULO BIKE TOUR

An itinerary to discover several attractions and famous tourist spots in Centro Novo. It has two monitors and the Audio Tour, with historical and cultural information narrated about the places visited. The tour is for free, but to participate, the organization asks for the donation of 2 kg of non-perishable food, per person. **Route website:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Social networks:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/Bike-TourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 3 km

### CITY CENTER BIKE TOUR

An itinerary to discover several attractions and famous tourist spots in the historic city center of São Paulo. The route passes through Marco Zero, Sé Cathedral, São Bento Monastery, Martinelli Building and much more, with a sing language interpreter. The tour is for free, but the donation of 2kg of non-perishable food per person is kindness requested by the organizers. **Route website:** [www.biketoursp.com.br/passeios/centrovelho/](http://www.biketoursp.com.br/passeios/centrovelho/) **Social networks:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 2 km

### URBAN BIKE SP – CITY CENTER

A route for small groups, the cycling goes through the city center of São Paulo, to explore the history, architecture, and climate of the central region of the city. The tour starts at Largo do Arouche, a bohemian neighborhood and point of the LGBTQIA+ community in São Paulo. Through the bike paths, the idea is to explore the region renowned for its classic restaurants, bars, and urban art murals. Then it arrives Bom Retiro, a traditional neighborhood for immigrants and a region influenced by the textile industry. On the way, it is possible to visit the Estação da Luz, the Pinacoteca and Parque da Luz, the first public park in São Paulo. Depending on the day and the movement in the region, the tour continues through the Municipal Market, the historic city center and the Vale do Anhang-

abaú, surrounded by famous buildings, old viaducts, and modern murals. After visiting the squares, streets, and alleys of the historic city center, in addition to enjoying the architecture of the churches and monuments, the tour goes on to Liberdade, a neighborhood of oriental influence and stories related to the Afro-Brazilian community. To finish off the bike tour, a visit to the Praça Roosevelt, another bohemian region that has theaters, bars, and restaurants. On holidays, weekends and on the night bike ride, it is possible to cycle on the Minhocão, a famous viaduct closed for cars on these days and frequented by locals, visitors and tourists to practice physical activities and walks.

**Route website:** [www.urbanbikesp.com/en/main-page/](http://www.urbanbikesp.com/en/main-page/) **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 16 km

### URBAN BIKE SP – STREET ART

This is a themed itinerary, especially for enjoying the city's street art. The tour starts in Vila Madalena, continues through Largo da Batata, with many bars and urban art, and continues along the famous Avenida Faria Lima, the bustling business center of the region. After crossing the bike path, the destination is the Ibirapuera Park, the city's postcard and the largest green area in São Paulo. In the Park, the path goes around the buildings designed by the architect Oscar Niemeyer, such as the Bienal, the Auditorium and the Afro-Brazilian Museum. On the way, mini forests, and the best spots around the lake. On the way back, it passes through the Jardins neighborhood and then a stop at the prestigious Beco do Batman is recommended, to see its famous open-air art gallery, with murals by renowned graffiti artists and one of the most visited places in São Paulo. **Route website:** [www.urbanbikesp.com/en/main-page/](http://www.urbanbikesp.com/en/main-page/) **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 10 km

### Tourist information center

**Address:** Av. Paulista, 1853 - Bela Vista, São Paulo, SP, 01311-200 **Opening hours:** Daily, from 9 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 11) 3288-8968



Foto: Caio Pimenta

## SÃO PAULO

### ROTA DA LUZ À LIBERDADE

Una sugerencia para este itinerario son los sábados, cuando dos espacios culturales, la Pinacoteca do Estado y el Museo de la Lengua Portuguesa, tienen entrada gratuita y tiene lugar el tradicional mercado en la Praça da Liberdade, con puestos de comida y artesanías típicas de la cultura oriental. Esta ruta recorre dos importantes regiones turísticas del centro de la ciudad. **Página web de la ruta:** [https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber\\_Mapa\\_Ciclofaixas.jpg](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/upload/comunicacao/arquivos/Uber_Mapa_Ciclofaixas.jpg) <https://cidadedesaopaulo.com/>, <https://www.ciclo-cidade.org.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 5.6

### ROTA DE PARQUE EM PARQUE, DURANTE A SEMANA

Esta ruta es una excelente opción para los ciclistas que también quieren disfrutar y conocer mejor dos prestigiosas áreas verdes de la ciudad: el Parque Villa-Lobos, en el barrio Alto de Pinheiros, y el Parque do Povo, en Itaim Bibi. Los parques de Villa-Lobos y Povo están conectados por la ciclovía del río Pinheiros, con instalaciones como baños, bebederos y seguridad a lo largo de la ruta completamente plana. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 23

### ROTA DA AVENIDA PAULISTA AO PARQUE IBIRAPUERA AOS DOMINGOS

Se recomienda recorrerlo por el carril bici de ocio, que funciona los domingos y festivos, de las 7am hasta las 4pm. Es posible recorrer toda la longitud de la avenida más famosa de la ciudad, pasando por varios puntos culturales, pedaleando hasta el Parque das Bicicletas y el famoso Ibirapuera, en la región sur, cerca de los barrios de Vila Mariana y Moema, es una actividad llena de agradables sorpresas y la colores que ofrece Sampa. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 15

### ROTA DE PARQUE EM PARQUE AOS DOMINGOS

Se recomienda recorrerlo por el carril bici de ocio, que funciona los domingos y festivos, de las 7am hasta las 4pm y visitar tres parques de la ciudad: Ibirapuera, do Povo y Villa-Lobos y suas diferentes escenarios, todos preparados para recibir ciclistas y con áreas verdes especiales, que funcionan como verdaderos oasis dentro de la jungla de piedra. Se recomiendan pausas para disfrutar de cada parque y descansar, ya que el recorrido puede extenderse en cada uno de los parques muy frecuentados por los paulistas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 13

### ROTA CENTRO HISTÓRICO DURANTE A SEMANA

Oportunidad de presenciar el intenso movimiento de personas que trabajan en la región y observar el flujo del comercio abierto, la arquitectura de los antiguos edificios históricos. Una mezcla de historia y modernidad, de personas que componen los diferentes escenarios que se integran al movimiento del centro. La ruta sugerida: Pateo do Collegio, Solar da Marquesa, Caixa Cultural, Praça da Sé, Rua Benjamin Constant, Largo São Francisco, Faculdade de Direito da USP, Rua Líbero Badaró, Prédio da Prefeitura (Ayuntamiento), Viaduto do Chá, Vista de Anhangabaú, Praça Ramos de Azevedo, Teatro Municipal, Rua Xavier de Toledo, Biblioteca Mário de Andrade, R. Dr. Bráulio Gomes, Rua Marconi, R. Barão de Itapetininga, Praça da República, Largo do Arouche, Av. San Juan, av. Duque de Caxias, Estación Julio Prestes, Estación Pinacoteca, Memoria de la Resistencia, Rua Mauá, Parque de la Luz, Galería de Arte del Estado, Museo de la Lengua Portuguesa, Av. Cásper Líbero, Rua Antonio de Godoi, Largo Paissandu, Galería Olido, Galería do Rock, Av. São João (acera), Vale do Anhangabaú, Edificio Martinelli, Farol Santander, Rua São Bento (acera compartida), Café Girondino y Mosteiro (Monasterio) de São Bento. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 hora **Km totales:** 7,1

### ROTA PARQUE IBIRAPUERA

Itinerario para descubrir varios y famosos atractivos del Parque Ibirapuera, los días sábados. La ruta de Ibirapuera pasa por todos los puntos importantes de la zona, como el Auditorio, el Pabellón Japonés, el Monumento a las Banderas y el Museo Afro Brasil, con el apoyo de un monitor. La información es transmitida en portugués e inglés por un dispositivo de audio en el casco de cada participante. Para participar, la persona debe registrarse a través del sitio web y traer 2 kg de alimentos no perecederos, que serán donados al Centro de Asistencia Bezerra de Menezes o a Missão Cena. La bicicleta, el casco, otras piezas de identificación y protección son proporcionadas gratuitamente por el Bike Tour. **Página web de la ruta:** [www.bike-tours-sp.com.br/](http://www.bike-tours-sp.com.br/) **Redes Sociales:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketours-sp/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 7



### ROTEIRO AVENIDA PAULISTA

Tour los domingos para visitar “Paulista”, abierto a ciclistas y peatones, cerrado a automóviles y autobuses. El encanto se debe no solo al recorrido, sino también a los atractivos que la vida cotidiana no permite observar y absorber, de cerca, los encantos y bellezas de una de las avenidas más hermosas de la ciudad y sus atractivos turísticos, las fachadas, de edificios modernos y sitios históricos, el Parque Trianon, el MASP, el Instituto Itaú Cultural, el edificio Gazeta, la Casa das Rosas, la Casa de Japón y muchos otros lugares que son populares entre los turistas y prestigiosos por los paulistas. Las rutas de los domingos cuentan con intérpretes para libras, tren y handbike para personas con movilidad reducida, triciclo para familias y actividades para niños. El recorrido es gratuito, pero se requiere una donación de 2 kg de alimentos no perecederos por persona. **Página web de la ruta:** [www.biketoursp.com.br/](http://www.biketoursp.com.br/) **Redes Sociales:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 2.5

### BIKE TOUR SP CENTRO NOVO

Itinerario para descubrir varias atracciones y puntos turísticos famosos en el Centro Novo. Cuenta con dos monitores y el Audio Tour, con información histórica y cultural narrada sobre los lugares visitados. El recorrido es gratuito, pero para participar, la organización solicita la donación de 2 kg de alimentos no perecederos, por persona. **Página web de la ruta:** <https://www.biketoursp.com.br/#passeios> **Redes Sociales:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 3

### BIKE TOUR CENTRO

Itinerario para descubrir varias atracciones y lugares turísticos famosos en el centro histórico de la ciudad de São Paulo. La ruta pasa por el Marco Zero, la Catedral Sé, el Monasterio de São Bento, el Edificio Martinelli y mucho más, con un intérprete de Libras. El recorrido es gratuito, pero la donación de 2 kg de alimentos no perecederos por persona es una gentileza solicitada por los organizadores.

**Página web de la ruta:** [www.biketoursp.com.br/passeios/centrovelho/](http://www.biketoursp.com.br/passeios/centrovelho/) **Redes Sociales:** **Facebook:** <https://www.facebook.com/BikeTourSp> **Instagram:** <https://www.instagram.com/biketoursp/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 2

### URBAN BIKE SP – CENTRO

Ruta para pequeños grupos, el pedal recorre el centro de São Paulo, para explorar la historia, la arquitectura y el clima de la región central de la ciudad. El recorrido comienza en Largo do Arouche, un barrio bohemio y punto de la comunidad LGBTQIA+ en São Paulo. A través de las ciclovías, la idea es recorrer la región reconocida por sus clásicos restaurantes, bares y murales de arte urbano. Luego, Bom Retiro, un barrio tradicional de inmigrantes y una región influenciada por la industria textil. En el camino, visite la estación Luz, la Pinacoteca y el Parque da Luz, el primer parque público de São Paulo. Según el día y el movimiento en la región, el recorrido continúa por el Mercado Municipal, siguiendo el centro histórico, Vale do Anhangabaú, rodeado de edificios famosos, viaductos antiguos y murales modernos. Luego de recorrer las plazas, calles y callejones del centro histórico, además de disfrutar de la arquitectura de las iglesias y monumentos, el recorrido continúa hacia Liberdade, un barrio de influencia oriental e historias relacionadas con la comunidad afrobrasileña. Para finalizar el recorrido en bicicleta, visite Praça Roosevelt, otra región bohemía que cuenta con teatros, bares y restaurantes. En días festivos, fines de semana y en el paseo nocturno en bicicleta, es posible andar en bicicleta por el Minhocão, un famoso viaducto cerrado al tráfico en estos días y frecuentado por lugareños, visitantes y turistas para practicar actividades físicas y caminatas.

**Página web de la ruta:** [urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/](http://urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3,5 horas **Km totales:** 16

### URBAN BIKE SP - STREET ART

Se trata de un itinerario temático, especialmente para disfrutar del arte callejero de la ciudad. El recorrido comienza en Vila Madalena, continúa por

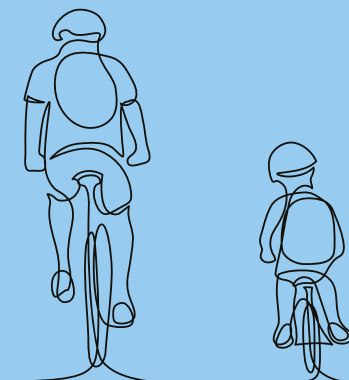
Largo da Batata, con muchos bares, arte urbano y continúa por la famosa Avenida Faria Lima, el bullicioso centro de negocios de la región. Después de cruzar la ciclovía, el destino es el Parque Ibirapuera, postal de la ciudad y la mayor área verde de São Paulo. En el Parque, el camino bordea los edificios proyectados por el arquitecto Oscar Niemeyer, como la Bienal, el Auditorio y el Museo Afrobrasileño. En el camino, mini bosques y los mejores rincones alrededor del lago. De regreso, el barrio Jardins y una parada en el prestigioso Beco do Batman, su famosa galería de arte al aire libre, con murales de reconocidos grafiteros y uno de los lugares más visitados de São Paulo.

**Página web de la ruta:** [urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/](http://urbanbikesp.com/pt/pagina-principal/)

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 3,5 horas **Km totales:** 10

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Av. Paulista, 1853 - Bela Vista, São Paulo, SP, 01311-200. Abierto todos los días de 9 am a 6 pm. **Teléfono:** (+55 11) 3288-8968





# CAVERNAS DA MATA ATLÂNTICA

*ATLANTIC FOREST CAVES / CAVERNAS DA MATA ATLÂNTICA*

## BARRA DO TURVO

Em Barra do Turvo existem roteiros e belas paisagens para serem explorados sobre duas rodas, com caminhos que cruzam os estados de São Paulo e Paraná, percursos com paisagens exuberantes de montanhas, rios, ribeirões, riachos e cachoeiras e muitos cenários rurais.

Foto: Elias Gomes - Expressão Studio





Foto: Elias Gomes - Expressão Studio

## Rota Pedal da Barra

O percurso se inicia no Bairro Rio Vermelho, região dentro da APA Rio Vermelho e Rio Pardinho. Segue por áreas no interior do Parque Estadual do Rio Turvo e chega ao destino na Base Comunitária do Bairro Areia Branca, dentro da RDS Pinheirinhos. **Site da Rota:** <https://www.barradoturvo.sp.gov.br/blogbdt/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 55

**Posto de Atendimento ao Turista** - <https://www.barradoturvo.sp.gov.br/site/> **Endereço:** Rua Odorico Cardoso dos Santos **Horário de Funcionamento:** Segunda à sexta: 7h30 às 12h e das 13h30 às 17h **Sábados, domingos e feriados:** 8 às 12h e das 13 às 17h. **Telefone:** (15) 3577-1407 **E-mail:** turismo@barradoturvo.sp.gov.br





Foto: Elias Gomes - Expressão Studio

### **BARRA DO TURVO**

*In Barra do Turvo there are routes and beautiful landscapes to be explored on two wheels, with paths that cross the states of São Paulo and Paraná, routes with lush landscapes of mountains, rivers, streams and waterfalls, and many rural scenarios.*

### **PEDAL DA BARRA ROUTE**

*The route starts in the Bairro Rio Vermelho, a region within the APA (Environmental Protection Area) Rio Vermelho and Rio Pardinho. It goes through areas inside the Rio Turvo State Park and reaches its destination at the Areia Branca Neighborhood Community Base, inside RDS Pinheirinhos. [Route website:](https://www.barradoturvo.sp.gov.br/blogbdt/)*

*<https://www.barradoturvo.sp.gov.br/blogbdt/> **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes*

***Total distance:** 55 km*

**Tourist information center** - <https://www.barradoturvo.sp.gov.br/site/>

**Address:** Rua Odorico Cardoso dos Santos **Opening hours:** Monday to Friday, from 7:30 a.m. to 12 p.m. and from 1:30 p.m. to 5 p.m. **Weekends and holidays:** from 8 a.m. to 12 p.m. and from 1 p.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 15) 3577-1407

**E-mail:** turismo@barradoturvo.sp.gov.br

### **BARRA DO TURVO**

*En Barra do Turvo hay rutas y hermosos paisajes para recorrer sobre dos ruedas, con caminos que atraviesan los estados de São Paulo y Paraná, rutas con paisajes exuberantes de montañas, ríos, arroyos, arroyos y cascadas y muchos escenarios rurales.*

### **ROTA PEDAL DA BARRA**

*La ruta comienza en Bairro Rio Vermelho, una región dentro de la APA Rio Vermelho y Rio Pardinho. Pasa por áreas dentro del Parque Estadual Rio Turvo y llega a su destino en la Base Comunitaria del Barrio Areia Branca, dentro del RDS Pinheirinhos. [Página web de la ruta:](https://www.barradoturvo.sp.gov.br/blogbdt/)*

*<https://www.barradoturvo.sp.gov.br/blogbdt/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 55*

**Centro de Atención al Turista** - <https://www.barradoturvo.sp.gov.br/site/>

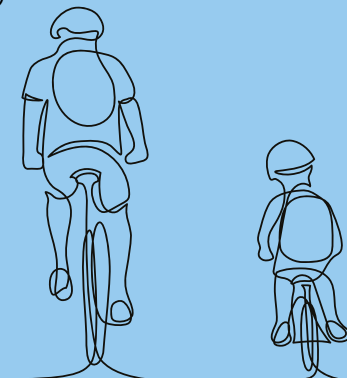
**Dirección:** Rua Odorico Cardoso dos Santos

**Abierto de Lunes a viernes:** De las 7h30 hasta 12h00 y de 13h30 hasta las 17h00

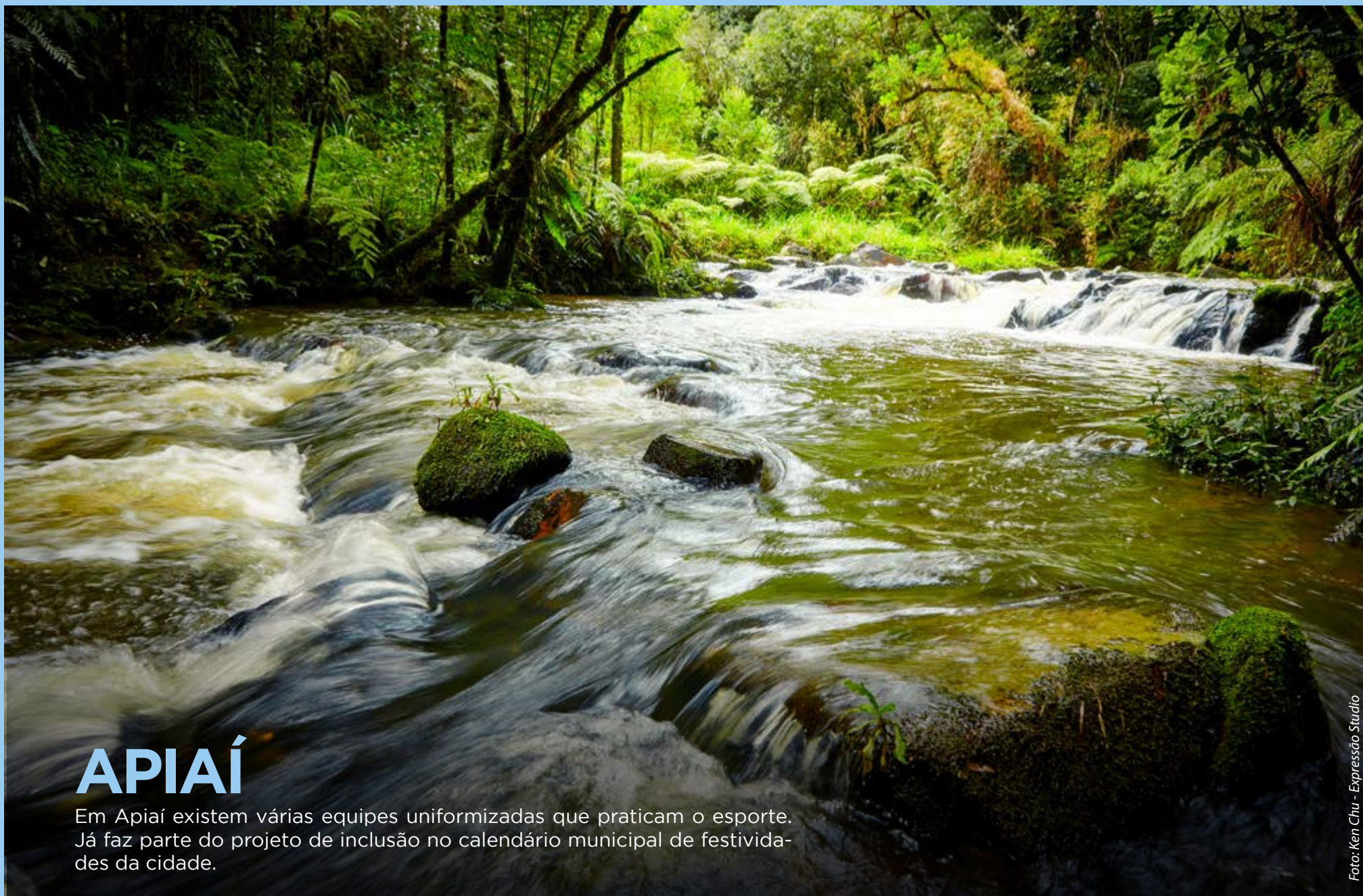
**Sábados, domingos y festivos:** de las 8h hasta las 12h y de las 13 hasta las 17 h.

**Teléfono:** (+55 15) 3577-1407

**Correo electrónico:** turismo@barradoturvo.sp.gov.br







# APIAÍ

Em Apiaí existem várias equipes uniformizadas que praticam o esporte. Já faz parte do projeto de inclusão no calendário municipal de festividades da cidade.

Foto: Ken Chu - Expressão Studio



## Circuito Morro do Ouro

Subida, indicada para praticantes de mountain bike, do Portal de Apiaí até o Mirante do Morro do Ouro, as antigas ruínas da antiga mineração, no Parque Municipal Morro do Ouro. Natureza exuberante, com muitas araucárias. A vista de toda a região é um espetáculo à parte. **Site da Rota:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 1h50 **Total de km:** 6

## Circuito Apiaí - Bairro Mafalda

A rota conta com pista em asfalto, em mais da metade do percurso, e o restante em estrada de terra. De nível moderado, o destino é a exuberante Cachoeira Mafalda, um dos importantes pontos turísticos da cidade, com uma queda d'água de 35 metros. **Site da Rota:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de Km:** 34

## Rota Circuito Apiaí - Caboclos PETAR

Passa por áreas naturais de Mata Atlântica, contemplando a beleza cênica local. O roteiro parte da área de camping no Núcleo Caboclos, seguindo até antiga vila de mineração e retornando a área de camping. **Site da Rota:** [www.ingressosparquespaulistas.com.br](http://www.ingressosparquespaulistas.com.br) **Tempo médio para completar a rota:** 7h **Total de km:** 86

## Rota Circuito Apiaí - Araçaíba

Mais uma rota contemplando as belezas naturais da região do PETAR. Paisagens diferenciadas e uma trilha mista, com 16km em pista asfaltada e 16km em estrada de terra. **Site da Rota:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 3h55 **Total de km:** 32

## Circuito Apiaí - MST

Esse circuito também é formado por 12km de pistas asfaltadas e 21 km em estrada de terra. Uma volta completa no Bairro Água Limpa, com pequenas lagoas e quedas d'água como cenário.

**Site da Rota:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 33





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Circuito - Cascatinha

Essa trilha segue pela famosa Rodovia Rastro da Serpente, com destino ao Fervedouro Caldeirão da Bruxa, um lindo fenômeno dentro do PETAR. As paisagens são espetaculares e o fervedouro recompensa, com cores indescritíveis, as horas de trilha. **Site da Rota:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 2h30h **Total de km:** 32

## Apiáí - Mirante Boa Vista

Um belo passeio por estrada de terra, no sentido do Núcleo Santana, do PETAR, divisa com a cidade de Iporanga. Na chegada ao Mirante, a belíssima vista do Vale do Rio Betari. Ao fundo a paisagem de algumas das principais cavernas do parque. **Site da Rota:** [www.ingressosparkespaulistas.com.br](http://www.ingressosparkespaulistas.com.br) **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 34

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rodovia Sebastião Ferraz de Camargo Penteado

**Horário de Funcionamento:** 24 horas

**Telefone:** (15) 35521-7171

**E-mail:** turismo@apiai.sp.gov.br





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

### **APIAÍ**

In Apiaí there are several teams in uniform that practice the sport. Cycling is included in the project that formalizes the city's municipal calendar of festivities.

### **GOLDEN HILL CIRCUIT**

Route with an ascent, recommended for mountain bikers, it runs from Portal de Apiaí to the Mirante do Morro do Ouro, the old ruins of the old mining, in the Morro do Ouro Municipal Park. With an exuberant nature full of araucarias, the view of the entire region is a spectacle in itself. **Route website:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 1 hour 50 minutes **Total distance:** 6 km

### **APIAÍ CIRCUIT - MAFALDA NEIGHBORHOOD**

More than a half of the route is an asphalt track, and the rest is a dirt road. At a moderate level, the destination is the exuberant Mafalda Waterfall, one of the city's important tourist attractions, with a 35-meter waterfall. **Route website:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 34 km

### **ROUTE APIAÍ CIRCUIT - CABOCLOS PETAR**

It passes through natural areas of Atlantic Forest, contemplating the local scenic beauty. The route starts from the camping area at Núcleo Caboclos, going to the old mining village and returning to the

camping area. **Route website:** [www.ingressosparquespaulistas.com.br](http://www.ingressosparquespaulistas.com.br) **Average time to complete the route:** 7 hours

**Total distance:** 86 km

### **ROUTE APIAÍ CIRCUIT - ARAÇAÍBA**

Another route contemplating the natural beauties of the PETAR region. Different landscapes and a mixed trail, with 16km on paved track and 16km on dirt road. **Route website:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 3 hours 55 minutes **Total distance:** 32 km

### **APIAÍ CIRCUIT - MST**

This circuit is also formed by 12 km of paved tracks and 21 km of dirt road. It is a complete tour around the Água Limpa neighborhood, with small lagoons and waterfalls as a backdrop. **Route website:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 33 km

### **CASCATINHA CIRCUIT**

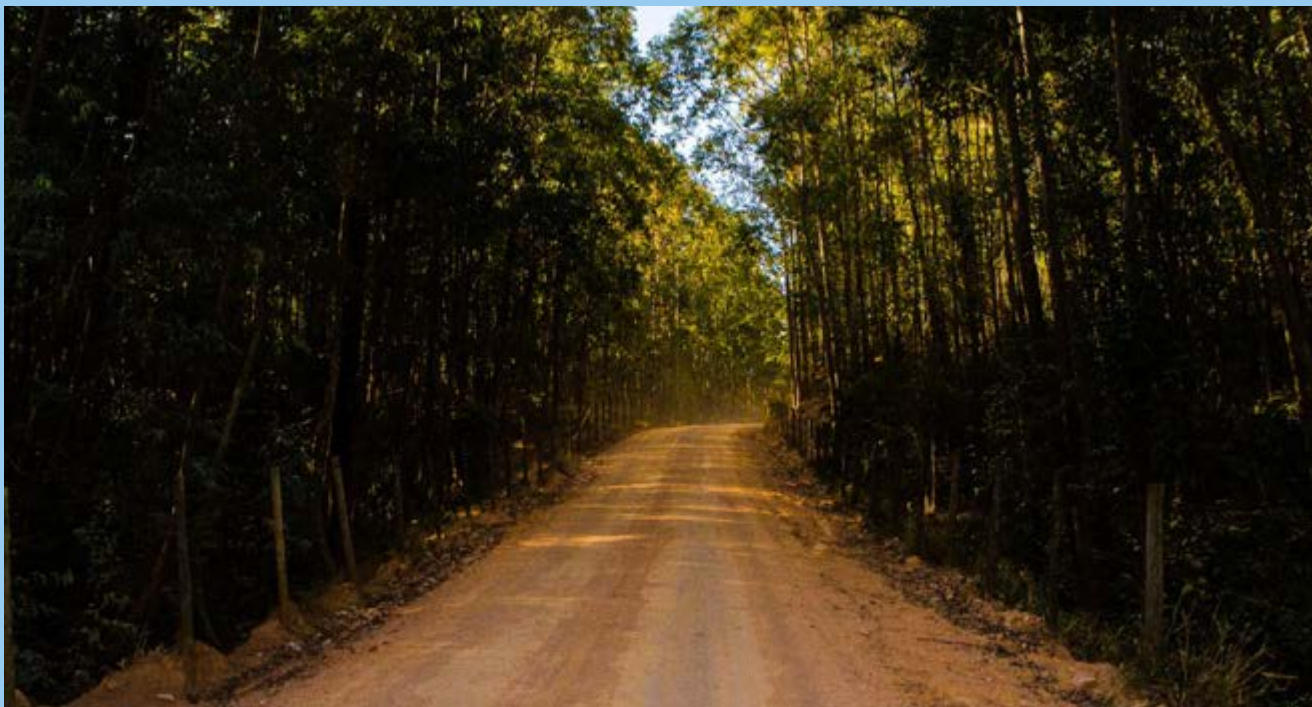
This trail follows the famous road Rodovia Rastro da Serpente, towards the Fervedouro Caldeirão da Bruxa, a beautiful phenomenon within PETAR. The landscapes are spectacular and seeing the fervedouro, with its indescribable colors, is a reward for the hours of hiking. **Route website:** [www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 32 km

### **APIAÍ - BOA VISTA LOOKOUT**

It is a beautiful walk along a dirt road, towards Núcleo Santana, PETAR, on the border with the city of Iporanga. Upon arrival to the lookout, there is a beautiful view of the Betari River Valley. In the background, the landscape of some of the main caves in the park. **Route website:** [www.ingressosparquespaulistas.com.br](http://www.ingressosparquespaulistas.com.br) **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 34 km

**Tourist information center - Address:** Rodovia Sebastião Ferraz de Camargo Penteado **Opening hours:** 24 hours **Telephone:** (+55 15) 35521-7171 **E-mail:** [turismo@apiai.sp.gov.br](mailto:turismo@apiai.sp.gov.br)





### **APIAÍ**

En Apiaí hay varios equipos uniformados que practican el deporte. Ya forma parte del proyecto su inclusión en el calendario municipal de fiestas de la ciudad.

### **CIRCUITO MORRO DO OURO**

Ascenso, recomendado para ciclistas de montaña, desde el Portal de Apiaí hasta el Mirante do Morro do Ouro, las antiguas ruinas de la antigua minería, en el Parque Municipal Morro do Ouro. Naturaleza exuberante, con muchas araucarias. La vista de toda la región es un espectáculo en sí mismo. [Página web de la ruta: www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 1:50 horas Km totales: 6**

### **CIRCUITO APIAÍ - BAIRRO MAFALDA**

El recorrido tiene pista asfaltada, durante más de la mitad del recorrido, y el resto por camino de tierra. En un nivel moderado, el destino es la exuberante Cascada Mafalda, uno de los atractivos turísticos más

importantes de la ciudad, con un salto de agua de 35 metros. [Página web de la ruta: www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 4 horas Km totales: 34**

### **ROTA CIRCUITO APIAÍ - CABOCLOS PETAR**

Pasa por áreas naturales de Mata Atlántica, contemplando la belleza escénica local. La ruta parte de la zona de acampada del Núcleo Caboclos, se dirige al antiguo poblado minero y regresa a la zona de acampada. [Página web de la ruta: www.ingressos-parquespaulistas.com.br](http://www.ingressos-parquespaulistas.com.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 7 horas Km totales: 86**

### **ROTA CIRCUITO APIAÍ - ARAÇAÍBA**

Otra ruta contemplando las bellezas naturales de la región de PETAR. Diferentes paisajes y un sendero mixto, con 16km de pista asfaltada y 16km de camino de tierra. [Página web de la ruta: www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 3:55 horas Km totales: 32**

### **CIRCUITO APIAÍ - MST**

Este circuito también está formado por 12 km de pistas asfaltadas y 21 km de camino de terracería. Un recorrido completo por el barrio de Água Limpa, con pequeños estanques y cascadas como telón de fondo. [Página web de la ruta: www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 4 horas Km totales: 33**

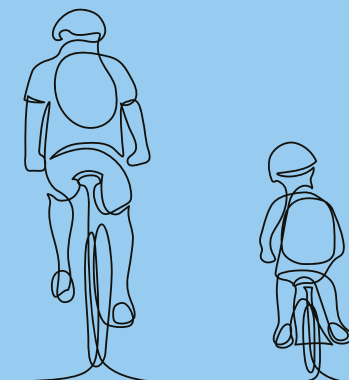
### **CIRCUITO - CASCATINHA**

Este sendero sigue la famosa Rodovia Rastro da Serpente, hacia el Fervedouro Caldeirão da Bruxa, un hermoso fenómeno dentro de PETAR. Los paisajes son espectaculares y el fervedouro premia, con colores indescriptibles, las horas de caminata. [Página web de la ruta: www.apiai.sp.gov.br](http://www.apiai.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 2,5 horas Km totales: 32**

### **APIAÍ - MIRANTE BOA VISTA**

Un hermoso paseo por un camino de tierra, hacia Núcleo Santana, PETAR, en el límite con la ciudad de Iporanga. Al llegar a Mirante, la hermosa vista del Vale do Rio Betari (valle del río Betari). Al fondo, el paisaje de algunas de las principales cuevas del parque. [Página web de la ruta: www.ingressosparques-paulistas.com.br](http://www.ingressosparques-paulistas.com.br) **Tiempo promedio para completar la ruta: 4 horas Km totales: 34**

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rodovia Sebastião Ferraz de Camargo Penteado **Abierto:** 24 horas **Teléfono:** (+55 15) 35521-7171 **Correo electrónico:** turismo@apiai.sp.gov.br







## ELDORADO

O Departamento de Turismo está construindo rotas em parceria com o COMTUR e ciclistas da região e criando infraestrutura adequada para promover o ciclorutismo dentro de Eldorado.

Foto: Ken Chu - Expressão Studio



# Rota Caverna do Diabo

Seguindo pela Rodovia SP-165, há o Parque Estadual Caverna do Diabo, passando por comunidade quilombola, a Cachoeira Queda do Meu Deus e a Cachoeira do Sapatú. Ao chegar em Eldorado, há estruturas de hospedagem e alimentação. As belas paisagens margeando o Rio Ribeira são únicas. O parque tem um ecossistema rico que atrai visitantes de todo o mundo.

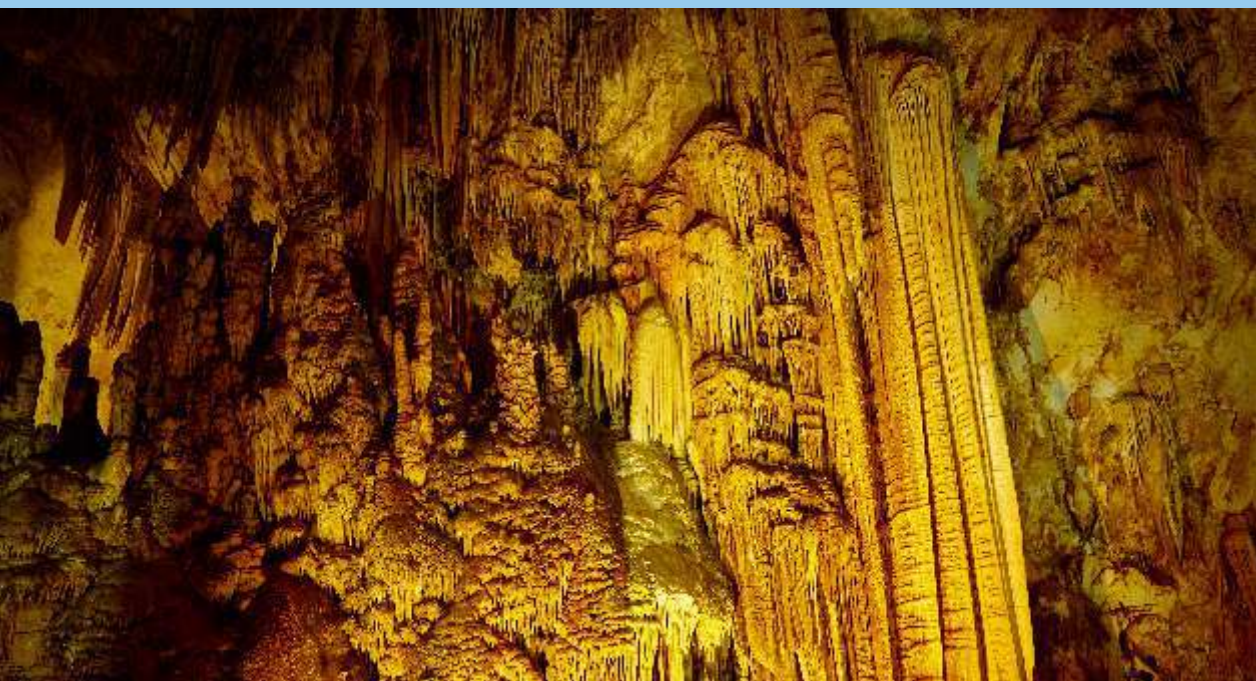
Próximo à entrada da caverna está o início da Trilha do Araçá. O caminho leva três belíssimas quedas d'água, chegando ao Mirante do Governador, onde é possível avistar o Vale do Ribeira. **Site da Rota:** <https://www.cavernadodiabo.com/> **Tempo médio para completar a rota:** 4h30 **Total de km:** 84.8

## Cachoeira da Bulha

Um verdadeiro desafio para os praticantes de mountain bike, mas diversas modalidades podem ser praticadas nessa rota. A trilha, com várias subidas, por estrada de terra em meio à muita natureza, leva ao seu destino ainda mais incrível, a Cachoeira da Bulha, que conta com três piscinas naturais e duas pequenas quedas d'água.

**Tempo médio para completar a rota:** 2h40 **Total de km:** 26

**Site da Rota:** <https://www.strava.com/activities/3537855998>



### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Doutor Nuno Silva, 765 **Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 17h. Sábados, domingos e feriados, das 8 às 14h **Telefone:** (13)3871-1759 **E-mail:** turismo@eldorado.sp.gov.br



## ELDORADO

The Tourism Department of the city is building routes in partnership with COMTUR and the cyclists in the region, creating adequate infrastructure to promote cycling within Eldorado.

### ROTA CAVERNA DO DIABO - "THE DEVIL'S CAVE ROUTE"

The route goes through the Rodovia SP-165 highway, where there is the Caverna do Diabo State Park, the quilombola community, the Queda do Meu Deus waterfall and the Sapatú waterfall. Upon arrival in Eldorado, there are accommodation and food facilities. The beautiful landscapes bordering the Ribeira River are unique. The park has a rich ecosystem that attracts visitors from all over the world. Next to the cave entrance is the beginning of the Araçá Trail. The path leads to three beautiful waterfalls, reaching Mirante do Governador, a lookout where you can see the Ribeira Valley. **Route website:** <https://www.cavernadodiabo.com/> **Average time to complete the route:** 4 hours 30 minutes **Total distance:** 84.8 km

### CACHOEIRA DA BULHA - "BULHA WATERFALL"

It is a real challenge for mountain bikers, but several modalities can be practiced on this route. The trail, with several ascents by dirt road in the midst of a lot of nature, takes people to this incredible destination, Cachoeira da Bulha, which has three natural pools and two small waterfalls. **Route website:** [www.strava.com/activities/3537855998](https://www.strava.com/activities/3537855998) (map) **Average time to complete the route:** 2 hours 40 minutes **Total distance:** 26 km



Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ELDORADO

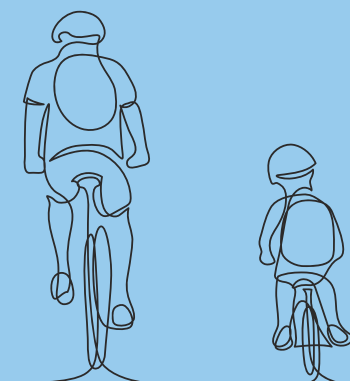
El Departamento de Turismo está construyendo rutas en asociación con COMTUR y los ciclistas de la región y creando la infraestructura adecuada para promover el ciclismo dentro de Eldorado.

### ROTA CAVERNA DO DIABO

Siguiendo la carretera SP-165, se encuentra el Parque Estatal Caverna do Diabo, pasando por la comunidad quilombola, la cascada Queda do Meu Deus y la cascada Sapatú. Al llegar a Eldorado, hay instalaciones de alojamiento y alimentación. Los hermosos paisajes que bordean el río Ribeira son únicos. El parque tiene un rico ecosistema que atrae a visitantes de todo el mundo. Junto a la entrada de la cueva se encuentra el inicio del Camino de Araçá. El camino conduce a tres hermosas cascadas, llegando a Mirante do Governador, donde se puede ver el Valle de Ribeira. **Página web de la ruta:** <https://www.cavernadodiabo.com/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4,5 horas **Km totales:** 84.8

## CACHOEIRA DA BULHA

Todo un reto para los ciclistas de montaña, pero en esta ruta se pueden practicar varias modalidades. El sendero, con varias subidas, por un camino de tierra en medio de la naturaleza, conduce a su destino aún más increíble, Cachoeira da Bulha, que tiene tres piscinas naturales y dos pequeñas cascadas. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/activities/3537855998> (mapa de la ruta) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:40 horas **Km totales:** 26





# CENTRO PAULISTA ARARAQUARA

O número de praticantes do cicloturismo cresce consideravelmente, chegando a passar, pelos circuitos rurais, cerca de 35.000 ciclistas por mês, entre profissionais e famílias que buscaram uma saída para o lazer ao ar livre. No marco zero, instalado na área central e com facilidade para estacionar, será disponibilizado um totem com as imagens dos circuitos ciclisticos rurais. Nos circuitos serão instalados pinos turísticos, faixas refletivas e QRCodes com informações. Serão instaladas também placas de sinalização turística e de conscientização ambiental. Além do projeto, um aplicativo com informações dos circuitos em Araraquara e região será disponibilizado para os adeptos do cicloturismo.



Foto: Paulo Li - Expressão Studio

## Rota Circuito N1 - Norte

Ciclismo de pista de alto e baixo rendimentos, indicado para ciclistas profissionais e amadores. Com saída da lateral do Ginásio Municipal de Esportes “Castelo Branco”, o “Gigantão”, o percurso é feito por ruas asfaltadas até chegar na Estação de Captação de Águas/ DAAE.

**Tempo médio para completar a rota:** 6 minutos **Total de km:** 2.3

## Circuito N1.1 - Norte

Ciclismo de pista e de estrada, para atletas de alto e baixo rendimento, indicado para profissionais e amadores. A rota parte da Estação de Captação de Água/ DAAE e seu percurso é feito em ruas asfaltadas e de terra, com destino à Estação Ferroviária de Bueno de Andrada.

**Tempo médio para completar a rota:** 42 minutos **Total de km:** 13

## Circuito N2 - Norte

Com saída da lateral do “Gigantão”, o percurso é feito por ruas asfaltadas até chegar no Santuário dos Britos. No meio do circuito é possível visitar o Parque do Botânico. **Tempo médio para completar a rota:** 18 minutos **Total de km:** 3.8

## Circuito N2.1- Norte

Ciclismo de pista e de estrada, de alto e baixo rendimento, para ciclistas profissionais e amadores. Com saída do Santuário dos Britos e trevo da Rua Ettore Berti com Avenida Deputado Federal Mário Eugênio, o percurso é feito por ruas asfaltadas e de terra até chegar na Estação Ferroviária de Bueno de Andrada. **Tempo médio para completar a rota:** 44 minutos **Total de km:** 12.7

## Circuito N2.1.1 - Norte

Começa na Estação Ferroviária de Bueno de Andrada. O percurso, de ciclismo de pista e de estrada, de alto e baixo rendimento, indicado para profissionais e amadores, é feito por ruas asfaltadas e de terra até chegar na Padoka – Assentamento Monte Alegre 6. **Tempo médio para completar a rota:** 26 minutos **Total de km:** 9.4

## Circuito N3 - Norte

Com saída da Praça dos Advogados, a trilha segue por ruas e estrada asfaltadas até chegar na Estação Ferroviária de Bueno de Andrada. Ciclismo de pista, de alto e baixo rendimento indicado para profissionais e amadores.

**Tempo médio para completar a rota:** 46 minutos **Total de km:** 14.2

## Circuito S1- Sul

Saída da Capela São Cristovão, segue por ruas asfaltadas até à Capela Nossa Senhora de Fátima. Possui um trecho com ciclovias, a partir da UNESP Química, até o Campus. **Tempo médio para completar a rota:** 7 minutos **Total de km:** 2.6

## Circuito S2 - Sul

Com início na entrada do Assentamento Bela Vista e término na Capela São Judas Tadeu, o percurso é todo feito por estrada de terra.

**Tempo médio para completar a rota:** 19 minutos **Total de km:** 6.7



**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Rua Ivo Antônio Magnani, 430, Fonte Luminosa, Araraquara, SP **Horário de Funcionamento:** Das 8 às 16h30, de segunda a sexta-feira **Telefone:** (+55 16) 3331-3324 **E-mail:** turismo@araraquara.sp.gov.br





Foto: Paulo Li - Expressão Studio

## ARARAQUARA

The number of cycle tourism practitioners grows considerably, with an average of 35,000 cyclists per month passing through rural circuits, among professionals and families looking for outdoor leisure. At ground zero, in the central area and with easy parking, a totem with images of rural cycling circuits will be available. Tourist points, reflective strips and QR Codes with information will be installed on the circuits. Tourist and environmental awareness signs will also be installed. In addition to the project, an app with information about the circuits in Araraquara and the region will be available to fans of cycle tourism.

### ROUTE CIRCUIT N1- NORTH

It is a track for high and low performance cycling, suitable for professional and amateur cyclists. Departing from the side of the Municipal Sports Gymnasium "Castelo Branco", the "Gigantão", the route is made through paved streets until arriving at the Water Collection Station/DAAE. **Average time to complete the route: 6 minutes Total distance: 2.3 km**

### CIRCUIT N1. - NORTH

Track and road cycling, for high and low performance athletes, suitable for professionals and amateurs. The route departs from the Water Collection Station/DAAE and runs through paved and dirt roads, heading to the Bueno de Andrada Railway Station.

**Average time to complete the route: 42 minutes Total distance: 13 km**

### CIRCUIT N2 - NORTH

Departing from the side of "Gigantão", the route runs through paved streets until arriving at the Sanctuary of Britos. In the middle of the circuit, it is possible to visit the Botanical Park. **Average time to complete the route: 18 minutes Total distance: 3.8 km**

### CIRCUIT N2.1 - NORTH

Route for track and road cycling, high and low performance, professional and amateur cyclists. Departing from the Sanctuary of Britos and the interchange

between Rua Ettore Berti and Avenida Deputado Federal Mário Eugênio, the route runs through paved and dirt roads until arriving at the Bueno de Andrada Railway Station. **Average time to complete the route: 44 minutes Total distance: 12.7 km**

### CIRCUIT N2.1.1. - NORTH

It starts at the Bueno de Andrada Railway Station. The high and low performance track and road cycling route, suitable for professionals and amateurs, runs through paved and dirt roads until reaching Padoca - Assentamento Monte Alegre 6. **Average time to complete the route: 26 minutes Total distance: 9.4 km**

### CIRCUIT N3 - NORTH

Departing from Praça dos Advogados, the trail follows paved streets and roads until it reaches the Bueno de Andrada Railway Station. A track cycling, for high and low performance, suitable for professionals and amateurs. **Average time to complete the route: 46 minutes Total distance: 14.2 km**

### CIRCUIT S1 - SOUTH

Leaving the São Cristóvão Chapel, it follows the paved streets until Nossa Senhora de Fátima Chapel. It has a section with a bike path, from UNESP Química until the Campus. **Average time to complete the route: 7 minutes Total distance: 2.6 km**

### CIRCUIT S2 - SOUTH

Starting at the entrance of the Bela Vista Settlement and ending at São Judas Tadeu Chapel, the entire route runs through dirt road. **Average time to complete the route: 19 minutes Total distance: 6.7 km**

### Tourist information center

**Address:** Rua Ivo Antônio Magnani, 430, Fonte luminosa, Araraquara, SP

**Opening hours:** From 8 a.m. to 4:30 p.m., from Monday to Friday

**Telephone:** (+55 16) 3331-3324

**E-mail:** turismo@araraquara.sp.gov.br



Foto: Paulo Li - Expressão Studio

## ARARAQUARA

El número de practicantes de cicloturismo crece considerablemente, llegando a transitar, por los circuitos rurales, unos 35.000 ciclistas al mes, entre profesionales y familias que buscaban una salida al ocio al aire libre. En la zona cero, instalado en la zona central y de fácil aparcamiento, se dispondrá de un tótem con imágenes de circuitos ciclistas rurales. En los circuitos se instalarán pines turísticos, tiras reflectantes y QR Codes con información. También se instalarán carteles de sensibilización turística y medioambiental. Además del proyecto, se pondrá a disposición de los aficionados al cicloturismo una aplicación con información sobre los circuitos de Araraquara y la región.

### ROTA CIRCUITO N1- NORTE

Ciclismo en pista de alto y bajo rendimiento, apto para ciclistas profesionales y aficionados. Partiendo del costado del Gimnasio Deportivo Municipal "Castelo Branco", el "Gigantão", el recorrido se hace por calles pavimentadas hasta llegar a la Estación de Acopio de Agua/DAAE. **Tiempo promedio para completar la ruta: 6 minutos Km totales: 2.3**

### CIRCUITO N1. - NORTE

Ciclismo de pista y ruta, para deportistas de alta y bajo rendimiento, apto para profesionales y amateurs. El recorrido parte de la Estación de Captación de Agua/DAAE y su recorrido se realiza por caminos pavimentados y de terracería, en dirección a la Estación de Ferrocarril Bueno de Andrada. **Tiempo promedio para completar la ruta: 42 minutos Km totales: 13**

### CIRCUITO N2 - NORTE

Partiendo del costado del "Gigantão", el recorrido se realiza por calles pavimentadas hasta llegar al Santuario dos Britos. En medio del circuito es posible visitar el Parque Botánico. **Tiempo promedio para completar la ruta: 18 minutos Km totales: 3.8**

### CIRCUITO N2.1 - NORTE

Ciclismo de pista y carretera, de alto y bajo rendimiento, para ciclistas profesionales y aficionados. Partiendo del Santuário dos Britos y en el cruce entre la Rua Ettore Berti y la Avenida Deputado Federal Mário Eugênio, el recorrido se hace por caminos

pavimentados y de tierra hasta llegar a la Estación de Ferrocarril Bueno de Andrada. **Tiempo promedio para completar la ruta: 44 minutos Km totales: 12.7**

### CIRCUITO N2.1.1 - NORTE

Comienza en la Estación de Ferrocarril Bueno de Andrada. La ruta de ciclismo de ruta y pista de alto y bajo rendimiento, apta para profesionales y aficionados, se realiza por caminos pavimentados y de tierra hasta llegar a Padoka - Asentamiento 6 de Monte Alegre. **Tiempo promedio para completar la ruta: 26 minutos Km totales: 9,4**

### CIRCUITO N3 - NORTE

Partiendo de la Praça dos Advogados, el sendero sigue calles y caminos pavimentados hasta llegar a la Estación de Ferrocarril Bueno de Andrada. Ciclismo en pista, de alto y bajo rendimiento apto para profesionales y amateurs. **Tiempo promedio para completar la ruta: 46 minutos Km totales: 14.2**

### CIRCUITO S1 - SUL

Saliendo de la Capilla de São Cristovão, siga las calles pavimentadas hasta la Capilla de Nossa Senhora de Fátima. Tiene un tramo con ciclovía, desde la UNESP Química, hasta el Campus. **Tiempo promedio para completar la ruta: 7 minutos Km totales: 2.6**

### CIRCUITO S2 - SUL

Comenzando en la entrada del Asentamiento de Bela Vista y terminando en la Capela São Judas Tadeu, todo el recorrido se realiza por camino de terracería. **Tiempo promedio para completar la ruta: 19 minutos Km totales: 6.7**

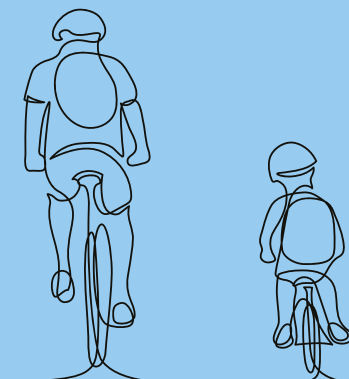
### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Ivo Antônio Magnani, 430, Fonte luminosa, Araraquara, SP. Abierto de lunes a viernes de 8 am a 4h30 pm.

#### Teléfono:

(+55 16) 3331-3324

**Correo electrónico:** turismo@araraquara.sp.gov.br





# CIRCUITO DAS FRUTAS

*CIRCUIT OF FRUITS / CIRCUITO DE LAS FRUTAS*

## ITUPEVA

A cidade possui trilhas apropriadas para várias modalidades de ciclismo, por isso se tornou um destino certo para os amantes do pedal. Os apaixonados pelo ciclismo de estrada encontram nas curvas, nos terrenos e na beleza das estradas, cenário perfeito para a prática de mountain bike. Traçados ideais para o cicloturismo, em que o ciclista não compete, mas quer se exercitar, apreciar o verde e as paisagens rurais. Ao longo do caminho, os encantos do Rio Jundiá, animais nos pastos e fazendas centenárias enriquecem o cenário.

**Itinerários das rotas e links das rotas:** <https://itupeva.sp.gov.br> - [https://ecrie.com.br/sistema/conteudos/arquivo/a\\_77\\_0\\_1\\_24032021110915.pdf](https://ecrie.com.br/sistema/conteudos/arquivo/a_77_0_1_24032021110915.pdf)

Foto: Ken Chu - Expressão Studio





Foto: Paulo Preto

## Rota do Limoeiro

O percurso tem nível de dificuldade moderado, conta com subidas íngremes e essa rota passa por estradas antigas da época do café, com fazendas do século XIX, que ainda cultivam o grão e guardam suas características nas fachadas das sedes e colônias. A paisagem também é marcada pela presença dos matacões, pedras de granito e vegetação de transição de Mata Atlântica para Cerrado, que faz essa região um lugar de “vistas” únicas. Nessa região a rota torna-se intermunicipal, passando pela cidade de Indaiatuba e Itupeva. **Sites da rota:** <https://campsite.bio/turismoedesenvolvimento> e <https://esipe.com.br/rotas.aspx?idcidade=1&id=17> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 33.2

## Rota Fácil

Parte do circuito de 210 km de rotas de cicloturismo de Itupeva, essa é uma rota para os praticantes de mountain bike, que têm a oportunidade de aproveitar pontos turísticos, atrações históricas do tempo do café, perfeitas para programar um almoço pós-pedal. **Sites da rota:** <https://esipe.com.br/rotas.aspx?idcidade=1&id=22> <https://campsite.bio/turismoedesenvolvimento> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 11

## Rota Caminho do Amor

Curiosamente esse e os outros percursos tiveram nomes batizados entre os ciclistas mais antigos que passavam por esses locais. A Rota Caminho do Amor passa pela grande Árvore do Amor, às margens da estrada de terra que faz parte do percurso. Ideal para os praticantes de mountain bike e é considerado de nível leve de dificuldade. **Sites da rota:** <https://campsite.bio/turismoedesenvolvimento> - <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 21.8

## Rota Lagoa Grande

Seu percurso é circular e indicado para praticantes de mountain bike. É considerado um passeio para contemplar a natureza, de dificuldade leve. **Sites da rota:** <https://campsite.bio/turismoedesenvolvimento> - <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 16.8





## Rota Beira Rio

Indicada para mountain bike, é uma trilha leve, ideal para quem quer fazer sua primeira viagem de bicicleta e se preparar para viagens maiores. **Sites da rota:** <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 21.8

## Rota Dez Fazendas Opção 1

Mais um pedal de percurso moderado, com subidas íngremes, passando por algumas fazendas. A trilha é bem tranquila até a Gruta do Quilombo, depois começam as subidas e descidas constantes, que vão quase até o fim do pedal e nesse trecho estão as paisagens mais bonitas. **Sites da rota:** <https://esipe.com.br/rotas.aspx?idcidade=1&id=18> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 54

## Rota Dez Fazendas-Opção 2

Muitas plantações de frutas pelo caminho. Mais um circuito que envolve as dez fazendas, só que por outro percurso. Indicado para praticantes de mountain bike, de nível de dificuldade moderado, com subidas íngremes. **Sites da Rota:** <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 41

## Rota Fantasma

O pedal começa no centro de Itupeva e percorre as ciclovias até a estrada de terra, chegando na venda do Quilombo. Lá começa a Rota Fantasma, subindo a estrada onde começam as paisagens diferentes, que passam por bosques, plantações de uva, maçã e outras culturas. Na entrada de uma das fazendas é bem característica a paisagem sombria, com árvores tortas e uma atmosfera que inspira o nome dessa rota, considerada de nível moderado, com subidas íngremes. **Sites da rota:** <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 41

## Rota Camaleão

Ideal para os praticantes de mountain bike, em estradas asfaltadas e de terra, é um percurso considerado fácil. Um lindo passeio dentro do circuito das rotas da região. **Sites da rota:** <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 15.3

## Rota Igreja de Pedra-Guacuri

O percurso tem nível de dificuldade considerado moderado. O começo do pedal tem alguns quilômetros de asfalto. Já na estrada de terra, existe apenas uma subida um pouco mais difícil. A Igreja de Pedra de Itupeva é o grande destaque desse pedal. **Sites da rota:** <https://itupeva.sp.gov.br> **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 29.7

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Praça da Bíblia, S/N, Centro, próximo à Prefeitura **Horário de Funcionamento:** De segunda a sexta-feira das 8 às 17h, aos sábados, das 7 às 16h e aos domingos e feriados, das 7 às 12h **Telefone:** (11) 4591-1206 **E-mail:** turismo@itupeva.sp.gov.br

### ITUPEVA

The city has suitable trails for various types of cycling, so it has become a great destination for bike lovers. Road cycling enthusiasts find in the curves, terrain, and beauty of the roads, the perfect setting for mountain biking. Ideal routes for cycle tourism, in which the cyclist does not look for competition, but wants to exercise and enjoy the green and rural landscapes. Along the way, people see the charms of the Jundiá River, animals in the pastures and century-old farms enrich the scenery. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/>

### LEMON TREE ROUTE

The route has a moderate level of difficulty, has steep climbs and passes through old roads from the coffee period, with 19th century farms, which still cultivate the beans and keep their characteristics on the facades of the headquarters and colonies. The landscape is also marked by the presence of boulders, granite stones and transitional vegetation from the Atlantic Forest to the Cerrado, which makes this region a place of unique "views". In this region the route becomes intermunicipal, passing through the city of Indaiatuba and Itupeva. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 33.2 km

### EASY ROUTE

As a part of Itupeva's 210 km circuit of cycle touring routes, this is a route for mountain bikers, who have the opportunity to enjoy tourist attractions and historic attractions from the coffee time, perfect for planning a post-cycling lunch. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 11 km

### ROUTE PATH OF LOVE

Interestingly, this route and the others had names baptized among the oldest cyclists who passed through these places. The route Caminho do Amor passes through the large Árvore do Amor (Tree of Love), on the side of the dirt road that forms part of the route. It is ideal for mountain bikers, considered a light level of difficulty. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 21.8 km

### BIG LAGOON ROUTE

This is a circular route, suitable for mountain bikers. It is considered a tour to contemplate nature, of light difficulty. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 16.8 km

### RIVERSIDE ROUTE

Indicated for mountain biking, it is a light trail, ideal for those who want to take their first bike trip and prepare for longer trips. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 21.8 km

### ROUTE TEN FARMS OPTION 1

Another moderate bike route, with steep climbs, passing through some farms. The trail is very quiet until Gruta do Quilombo, then the constant ascents and descents begin, going almost to the end of the trail, in a section with the most beautiful landscapes. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 54 km

### ROUTE TEN FARMS OPTION 2

There are lots of fruit plantations along the way. Another circuit that involves the ten farms, but by another route. Suitable for mountain bikers, of moderate difficulty, with steep climbs. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 41 km

### GHOST ROUTE

The route starts in the center of Itupeva and goes along the bike paths until the dirt road, arriving at the Quilombo shop. There is where the Rota Fantasma begins, going up the road where the different landscapes begin, passing through woods, grape, apple, and other crops. At the entrance of one of the farms, the dark landscape is very characteristic, with crooked trees and an atmosphere that inspires the name of this route, considered moderate, with steep climbs. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 41 km

### CHAMELEON ROUTE

Ideal for mountain bikers, on paved and dirt roads, it is considered an easy route. A beautiful tour within the circuit of the routes of the region. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 15.3 km

### ROUTE CHURCH OF PEDRA-GUACURI

The route has a moderate difficulty level. The beginning of the trail has a few kilometers of asphalt. On the dirt road, there is only a slightly more difficult climb. The Igreja de Pedra de Itupeva (Stone Church of Itupeva) is the highlight of this route. **Route websites:** <https://turismo.itupeva.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 29.7 km

### Tourist information center

**Address:** Praça da Bíblia, S/N, Centro, próximo à Prefeitura **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. Saturdays, from 7 a.m. to 4 p.m. Sundays and holidays from 7 a.m. to 12 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4591-1206 **E-mail:** turismo@itupeva.sp.gov.br



Foto: Ken Chu - Expressão Studio



## ITUPEVA

La ciudad cuenta con senderos aptos para varios tipos de ciclismo, por lo que se ha convertido en un destino seguro para los amantes del pedal. Los entusiastas del ciclismo de carretera encontrarán en las curvas, el terreno y la belleza de las carreteras el escenario perfecto para el ciclismo de montaña. Rutas ideales para el cicloturismo, en las que el ciclista no compite, sino que quiere hacer ejercicio, disfrutar del verde y de los paisajes rurales. En el camino, los encantos del río Jundiá, animales en los pastos y haciendas centenarias enriquecen el paisaje. **Itinerários das rotas e links das rotas:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br)

### ROTA DO LIMOEIRO

La ruta tiene un nivel de dificultad moderado, tiene fuertes subidas y esta ruta transcurre por antiguos caminos de la época cafetera, con fincas del siglo XIX, que aún cultivan el frijol y conservan sus características en las fachadas de las sedes y colonias. El paisaje también está marcado por la presencia de cantos rodados, piedras de granito y vegetación de transición de la Mata Atlántica al Cerrado, lo que hace de esta región un lugar de “vistas” únicas. En esta región la ruta se vuelve interurbana, pasando por la ciudad de Indaiatuba e Itupeva. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 33,2

### ROTA FÁCIL

Parte del circuito de 210 km de rutas cicloturistas de Itupeva, esta es una ruta para ciclistas de montaña, que tienen la oportunidad de disfrutar de atractivos turísticos, atractivos históricos de la hora del café, perfectos para planificar un almuerzo post-pedal. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 11

### ROTA CAMINHO DO AMOR

Curiosamente, esta y las demás rutas tenían nombres bautizados entre los ciclistas más veteranos que pasaban por estos parajes. La Ruta Caminho do Amor pasa por el gran Árbol del Amor, al costado del camino de terracería que forma parte de la ruta. Ideal para ciclistas de montaña y se considera

un nivel de dificultad ligero. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 21.8

### ROTA LAGOA GRANDE

Su recorrido es circular y apto para ciclistas de montaña. Se considera un paseo para contemplar la naturaleza, de dificultad ligera. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 16.8

### ROTA BEIRA RIO

Indicado para ciclismo de montaña, es un sendero ligero, ideal para aquellos que quieren hacer su primer viaje en bicicleta y prepararse para viajes más largos.

**Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 21.8

### ROTA DEZ FAZENDAS OPÇÃO 1

Otra ruta de pedaleo moderado, con fuertes subidas, pasando por algunas fincas. El sendero es muy tranquilo hasta la Gruta do Quilombo, luego comienzan las constantes subidas y bajadas, que van casi hasta el final del pedal y en este tramo se encuentran los paisajes más hermosos. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 54

### ROTA DEZ FAZENDAS-OPÇÃO 2

Un montón de plantaciones de frutas en el camino. Otro circuito que involucra las diez fincas, pero por otro recorrido. Apta para ciclistas de montaña, de dificultad moderada, con subidas pronunciadas. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 41

### ROTA FANTASMA

El pedal comienza en el centro de Itupeva y va por las ciclovías hasta el camino de terracería, llegando a la venta del Quilombo. Allí comienza la Ruta Fantasma, ascendiendo por la carretera donde comienzan los diferentes paisajes, pasando por bosques, viñas, manzanos y otros cultivos. A la entrada de una de las fincas, es muy característico el paisaje oscuro, con árboles torcidos y una atmósfera

que inspira el nombre de esta ruta, considerada moderada, con fuertes subidas.

**Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 41

### ROTA CAMALEÃO

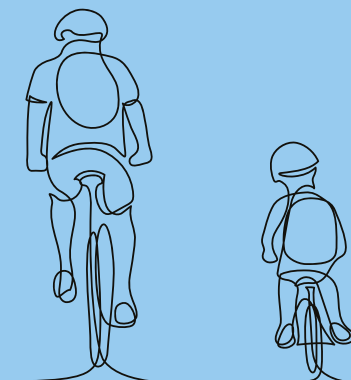
Ideal para ciclistas de montaña, en caminos pavimentados y de tierra, se considera una ruta fácil. Un hermoso paseo dentro del circuito de las rutas de la comarca. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 15.3

### ROTA IGREJA DE PEDRA-GUACURI

La ruta tiene un nivel de dificultad moderado. El inicio de la pedalada tiene unos kilómetros de asfalto. En el camino de tierra, solo hay una subida un poco más difícil. La Iglesia de Piedra de Itupeva es lo más destacado de este pedal. **Página web de la ruta:** [www.turismo.itupeva.sp.gov.br](http://www.turismo.itupeva.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 29.7

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Praça da Bíblia, S/N, Centro, próximo à Prefeitura. Abierto de lunes a viernes de 8am a 5pm, sábados de 7am a 4pm y domingos y festivos de 7am a 12am **Teléfono:** (+55 11) 4591-1206 **Correo electrónico:** [turismo@itupeva.sp.gov.br](mailto:turismo@itupeva.sp.gov.br)



# JUNDIAÍ

É uma das quatro cidades que integram a Rota das Frutas, um percurso ciclístico de 75 quilômetros de extensão, que também percorre as cidades de Louveira, Vinhedo e Itatiba.

**Sites das rotas:** <https://rotasturisticas.jundiai.sp.gov.br/>  
<https://turismo.jundiai.sp.gov.br/>



Foto: Paulo Preto

## Rota das Frutas

A Rota das Frutas passa por cidades nacionalmente reconhecidas pela produção histórica de frutas. Também são famosas pela realização de eventos temáticos anuais, como Festa da Uva, do Morango, do Caqui, da Goiaba e do Figo, que celebram e valorizam a produção local e rural destas regiões.

De nível difícil pela extensão e pelo acúmulo de elevação, a Rota das Frutas desafia os ciclistas mais experientes, mas também é indicada para quem quer aproveitar o melhor das regiões com um passeio turístico, explorando as cidades históricas.

**Site da rota:** <https://www.ciclorotasccr.com.br/#rotas>

**Tempo médio para completar a rota:** 3h

**Total de km:** 75

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Jundiaí, 1151 - Anhangabaú, Jundiaí, SP

**Horário de Funcionamento:** Diariamente, das 8h às 18h

**Telefone:** (11) 4582-4514

**E-mail:**  
[turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br](mailto:turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br)





Foto: Paulo Preto

## JUNDIAÍ

It is one of the four cities that make up the "Fruits Route", a 75-kilometer cycle route that also runs through the cities of Louveira, Vinhedo and Itatiba.

**Route websites:** <https://rotasturisticas.jundiai.sp.gov.br/> - [www.turismo.jundiai.sp.gov.br](http://www.turismo.jundiai.sp.gov.br)

## FRUIT ROUTE

The Rota das Frutas passes through cities nationally recognized for their historical fruit production. They are also famous for holding annual themed events, such as Festa da Uva, Festa do Morango, Festa do Caqui, da Goiaba and Festa do Figo (Festivities of Grape, Strawberry, Khaki, Guava and Fig), which celebrate and value the local and rural production of these regions. With a difficult level due to the extension and the accumulation of elevation, the route challenges the most experienced cyclists, but it is also indicated for those who want to enjoy the best of the region with a tourist tour, exploring the historic cities.

**Route website:** <https://www.ciclorotascrr.com.br/#rotas> **Average time to complete the route:** 3 hours

**Total distance:** 75 km

**Tourist information center - Address:** Avenida Jundiaí, 1151 - Anhangabaú, Jundiaí, SP **Opening hours:** Daily, from 8 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4582-4514 **E-mail:** [turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br](mailto:turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br)

## JUNDIAÍ

Es una de las cuatro ciudades que componen la Ruta de las Frutas, una ruta ciclista de 75 kilómetros que también recorre las ciudades de Louveira, Vinhedo e Itatiba. **Página s web:** <https://rotasturisticas.jundiai.sp.gov.br/> - [www.turismo.jundiai.sp.gov.br](http://www.turismo.jundiai.sp.gov.br)

## ROTA DAS FRUTAS

La Ruta de la Fruta pasa por ciudades reconocidas a nivel nacional por su histórica producción frutícola. También son famosos por realizar eventos temáticos anuales, como Festa da Uva, do Morango, do Caqui, da Goiaba y do Figo, que celebran y valoran la producción local y rural de estas regiones. Nivel difícil por la extensión y la acumulación de desnivel, la Ruta de la Fruta desafía a los ciclistas más experimentados, pero también es indicada para quienes quieren disfrutar lo mejor de las regiones con un recorrido turístico, recorriendo las ciudades históricas.

**Página web de la ruta:** <https://www.ciclorotascrr.com.br/#rotas> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 75

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Jundiaí, 1151 - Anhangabaú, Jundiaí, SP. Abierto todos los días de 8 am a 6 pm  
**Teléfono:** (+55 11) 4582-4514 **Correo electrónico:** [turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br](mailto:turismoinformacoes@jundiai.sp.gov.br)

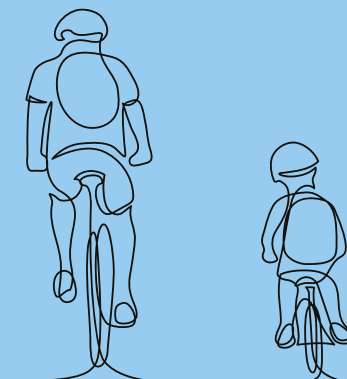






Foto: Paulo Preto



Foto: Paulo Preto



Foto: Paulo Preto

# ITATIBA

A região tem belas paisagens, experiências rurais e produção artesanal de bebidas, doces, pães etc. O cicloturismo, com grande potencial, traz a oportunidade de conhecer e vivenciar a cultura caipira, a vida rural, a tradição, a agricultura familiar, as belezas naturais e os variados tipos de frutas que adoçam a passagem do cicloturista por uma região tão especial. O destaque vai para a Rota das Frutas, com diversos pontos de apoio, de alimentação e hospedagem disponíveis ao longo do trajeto, além de mui-

tas belezas naturais incríveis e paisagens de tirar o fôlego. **Sites das rotas:** <https://www.ciclorotasccr.com.br/> - <http://www.itatiba.sp.gov.br/conhecaitatiba/> **Tempo médio para completar a rota:** 6h **Total de km:** 75

## Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Praça da Bandeira, nº 122, Centro, Itatiba, SP **Horário de Funcionamento:** 10 às 17h, de terça a domingo e feriados (consultar exceções) **Telefone:** (11) 4524-1264 **E-mail:** museupadrelima@cultura.itatiba.sp.gov.br

## ITATIBA

*The region has beautiful landscapes, rural experiences and artisanal production of drinks, sweets, breads, etc. The cycle tourism has a great potential, offering the opportunity to get to know and experience the rustic culture, rural life, tradition, family farming, natural beauties, and the various types of fruits that sweeten the cycle tourist's passage through such a special region. The highlight is the Rota das Frutas, with several supporting, food, and accommodation points available along the way, in addition to many incredible natural beauties and breathtaking landscapes. **Route websites:** <https://www.ciclorotasccr.com.br/> - <http://www.itatiba.sp.gov.br/conhecaitatiba/> **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 75 km*

**Tourist information center - Address:** Praça da Bandeira, nº 122, Centro, Itatiba, SP **Opening hours:** From 10 a.m. to 5 p.m., from Tuesday to Sunday and Holidays (with exceptions) **Telephone:** (+55 11) 4524-1264 **E-mail:** museupadrelima@cultura.itatiba.sp.gov.br

## ITATIBA

*La región cuenta con hermosos paisajes, experiencias rurales y producción artesanal de bebidas, dulces, panes etc. El cicloturismo, con un gran potencial, ofrece la oportunidad de conocer y vivir la cultura rústica, la vida rural, la tradición, la agricultura familiar, las bellezas naturales y los diversos tipos de frutas que endulzan el paso del cicloturista por tan especial región. Lo más destacado es la Ruta de la Fruta, con varios puntos de apoyo, comida y alojamiento disponibles en el camino, además de muchas bellezas naturales increíbles y paisajes impresionantes.*

**Página web de la ruta:** <https://www.ciclorotasccr.com.br/> - <http://www.itatiba.sp.gov.br/conhecaitatiba/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 75

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Praça da Bandeira, nº 122, Centro, Itatiba, SP **Horas de oficina:** Se recomienda recorrerlo por el carril bici de ocio, que funciona los domingos y festivos, de las 10am hasta las 5pm con reservas) **Teléfono:** (+55 11) 4524-1264 **Correo electrónico:** museupadrelima@cultura.itatiba.sp.gov.br







# LOUVEIRA

As rotas exploram as áreas rurais, na maioria de produtores de frutas da cidade. Nestes locais, o cuidado ao meio ambiente é muito valorizado, tanto pela população quanto pelos visitantes. O cicloturismo na cidade é formado por cinco rotas com dificuldade variada, percursos traçados em estradas rurais e vicinais da cidade. Também procuram valorizar o patrimônio histórico e natural de Louveira.

**Sites da rota:** [www.louveira.sp.gov.br](http://www.louveira.sp.gov.br)

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG81crP8yLxDCfr&usp=sharing>





## Rota 1 - Imigrantes

Essa é a mais curta e indicada para quem está começando no ciclismo. Ela se inicia na Estação Ferroviária de Louveira, patrimônio histórico da cidade, e segue em direção à região produtora de frutas. Um percurso cheio de formas e cores, contrastando a arquitetura histórica com as cores das árvores e suas frutas. **Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** Aproximadamente 3 horas **Total de km:** 7.7

## Rota 2 - Uvas e Vinhos

Como o próprio nome sugere, essa rota oferece aos ciclistas a possibilidade de conhecer a região das videiras e suas vinícolas. Campos e mais campos com variedade de parreiras e uma beleza indescritível, principalmente no auge do seu cultivo. **Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 5h26 **Total de km:** 14.7

## Rota 3 - Ecológica

Esta rota, além de apresentar a região produtora de frutas, oferece aos ciclistas uma linda estrada ecológica e com pontos de suporte aos praticantes do pedal. **Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h18 **Total de km:** 24.1

## Rota 4 - Bica

Lindas paisagens por todo o canto e cenários especiais. Tudo muito colorido pelo caminho, por conta das plantações de diversos tipos de frutas. **Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h48 **Total de km:** 33.5

## Rota 5 - Engenho Seco

O pedal segue em trilha traçada por regiões produtoras de frutas e vinhedos até o bairro Engenho Seco. **Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h33 **Total de km:** 29.8

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Rua 21 de Março, 35-159 - Vila Pasti, Louveira - SP, 13290-000 **Horário de Funcionamento:** Diariamente, das 8h30 às 18h **Telefone:** (19) 3878-4222 **E-mail:** turismo@louveira.sp.gov.br







Foto: Prefeitura de Louveira



Foto: Prefeitura de Louveira

## LOUVEIRA

The routes explore rural areas, mostly from city fruit producers. In these places, the care for the environment is highly valued, both by the population and by visitors. Cycling tourism in the city is made up of five routes with varying difficulty, routes drawn on rural and side roads in the city. They also seek to enhance the historical and natural heritage of Louveira. **Route websites:** [www.louveira.sp.gov.br](http://www.louveira.sp.gov.br) - <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing>

### ROUTE 1 - IMMIGRANTS

This is the shortest route and suitable for beginners in cycling. It starts at the Louveira Railway Station, the city's historical heritage, and continues towards the fruit-producing region. A route full of shapes and colors, contrasting the historic architecture with the colors of the trees and their fruits. **Route website:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 2 hours 33 minutes

**Total distance:** 7.7 km

### ROUTE 2 - GRAPES AND WINES

As its name suggests, this route offers cyclists the possibility of getting to know the region of the vines and its wineries. Fields and more fields with a variety of vines and an indescribable beauty, especially at the height of its cultivation. **Route website:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 5 hours 26 minutes

**Total distance:** 14.7 km

### ROUTE 3 - ECOLOGICAL

This route, in addition to presenting the fruit-producing region, offers cyclists a beautiful ecological road and supporting points for cyclists. **Route website:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 18 minutes

**Total distance:** 24.1 km

### ROUTE 4 - SPOUT

Beautiful landscapes everywhere and special scenarios. Everything is very colorful along the way, due to the plantations of different types of fruits. **Route website:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 48 minutes **Total distance:** 33.5 km

### ROUTE 5 - ENGENHO SECO

The pedal follows a trail traced through fruit-producing regions and vineyards to the Engenho Seco neighborhood. **Route website:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 33 minutes

**Total distance:** 29.8 km

### Tourist information center

**Address:** Rua 21 de Março, 35-159 - Vila Pasti, Louveira - SP, 13290-000

**Opening hours:** Daily, from 8:30 a.m. to 6 p.m.

**Telephone:** (+55 19) 3878-4222

**E-mail:** [turismo@louveira.sp.gov.br](mailto:turismo@louveira.sp.gov.br)



## LOUVEIRA

Las rutas exploran áreas rurales, en su mayoría de productores de frutas de la ciudad. En estos lugares el cuidado del medio ambiente es muy valorado, tanto por la población como por los visitantes. El cicloturismo en la ciudad está compuesto por cinco rutas de distinta dificultad, trazados en caminos rurales y secundarios de la ciudad. También buscan valorizar el patrimonio histórico y natural de Louveira. **Página web:** [www.louveira.sp.gov.br](http://www.louveira.sp.gov.br) - <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing>

### ROTA 1 - IMIGRANTES

Este es el más corto y apto para principiantes en ciclismo. Comienza en la Estación Ferroviaria de Louveira, patrimonio histórico de la ciudad, y continúa hacia la región frutícola. Un recorrido lleno de formas y colores, contrastando la arquitectura histórica con los colores de los árboles y sus frutos. **Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:33 horas **Km totales:** 7.7

### ROTA 2 - UVAS E VINHOS

Como su nombre indica, esta ruta ofrece a los ciclistas la posibilidad de conocer la comarca de los viñedos y sus bodegas. Campos y más campos con una variedad de vides y una belleza indescriptible, especialmente en el apogeo de su cultivo. **Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:26 horas **Km totales:** 14.7

### ROTA 3 - ECOLÓGICA

Esta ruta, además de presentar la región productora de frutas, ofrece a los ciclistas un hermoso sendero ecológico y puntos de apoyo para los practicantes del pedal. **Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:18 horas **Km totales:** 24.1

### ROTA 4 - BICA

Hermosos paisajes por doquier y escenarios especiales, todo es muy colorido en el camino, debido a las plantaciones de diferentes tipos de frutas. **Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h48min **Km totales:** 33.5

### ROTA 5 - ENGENHO SECO

El pedal sigue un camino trazado en regiones frutícolas y viñedos hasta el barrio de Engenho Seco.

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1A1TxKhngwoOALr0OWG811crP8yLxDCfr&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h33min **Km totales:** 29.8

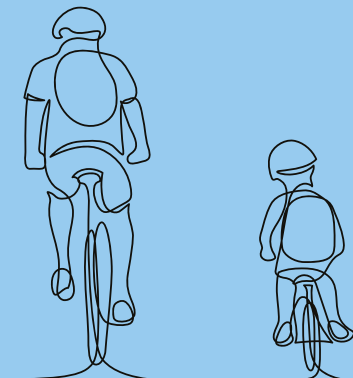
### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua 21 de Março, 35-159 - Vila Pasti, Louveira - SP, 13290-000

Abierto todos los días de 8h30 am hasta las 6 pm

**Teléfono:** (+55 19) 3878-4222

**Correo electrónico:** turismo@louveira.sp.gov.br





# MORUNGABA

São aproximadamente 70 trilhas turísticas entre Campinas e Morungaba, passando por Sousas e Joaquim Egídio, por meio das ciclovias rurais, onde os ciclistas podem observar belas fazendas, arquiteturas históricas e religiosas, estações ferroviárias, planetários, morros, usinas hidrelétricas, inúmeras cachoeiras e muito mais do turismo rural da região. Sem contar com as trilhas e caminhos que interligam a cidade com as outras cidades que fazem parte do traçado Circuito das Frutas.

## **Posto de Atendimento ao Turista**

**Endereço:** Rua Araújo Campos, 953, Santo Antônio, Morungaba, São Paulo **Horário de Funcionamento:** De segunda à sexta, das 8 às 17h. Sábados e feriados, das 8 às 12h. **Telefone:** (11) 40144-303 **E-mail:** turismomorungaba2@gmail.com

Foto: Ken Chu - Expressão Studio





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

### **MORUNGABA**

There are approximately 70 tourist trails between Campinas and Morungaba, passing through Sousas and Joaquim Egídio, through rural bike paths, where cyclists can observe beautiful farms, historical and religious architecture, railway stations, planetariums, hills, hydroelectric plants, countless waterfalls and much more. Not to mention the trails and paths that connect the city with the other cities that are part of the Circuito das Frutas route.

#### **Tourist information center**

**Address:** Rua Araújo Campos, 953, Santo Antônio, Morungaba, São Paulo

**Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. Saturdays and holidays, from 8 a.m. to 12 p.m. **Telephone:** (+55 11) 40144-303 **E-mail:** turismo-morungaba2@gmail.com

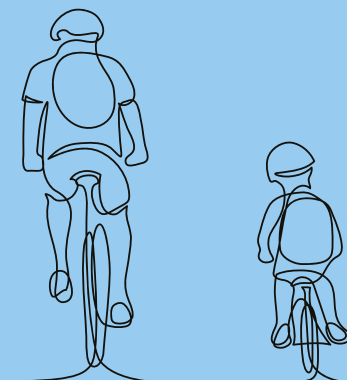
### **MORUNGABA**

Son aproximadamente 70 senderos turísticos entre Campinas y Morungaba, pasando por Sousas y Joaquim Egídio, a través de ciclorutas rurales, donde los ciclistas pueden observar hermosas haciendas, arquitectura histórica y religiosa, estaciones de ferrocarril, planetarios, cerros, usinas hidroeléctricas, innumerables cascadas y mucho más. más del turismo rural en la comarca. Por no hablar de los senderos y caminos que conectan la ciudad con las demás ciudades que forman parte de la ruta del Circuito das Frutas.

#### **Centro de Atención al Turista**

**Dirección:** Rua Araújo Campos, 953, Santo Antônio, Morungaba, São Paulo.

Abierto de lunes a viernes, de 8am hasta 5pm. Sabados y días festivos, de 8am hasta 12am **Teléfono:** (+55 11) 40144-303 **Correo electrónico:** turismo-morungaba2@gmail.com





# COSTA DA MATA ATLÂNTICA

## SÃO VICENTE

São Vicente está repleta de atrativos naturais e pontos turísticos, com muita história e cultura. Pedalar pela cidade é descobrir a história da primeira cidade do Brasil, fundada em 1532 por Martim Afonso de Souza.

Foto: Douglas Piton

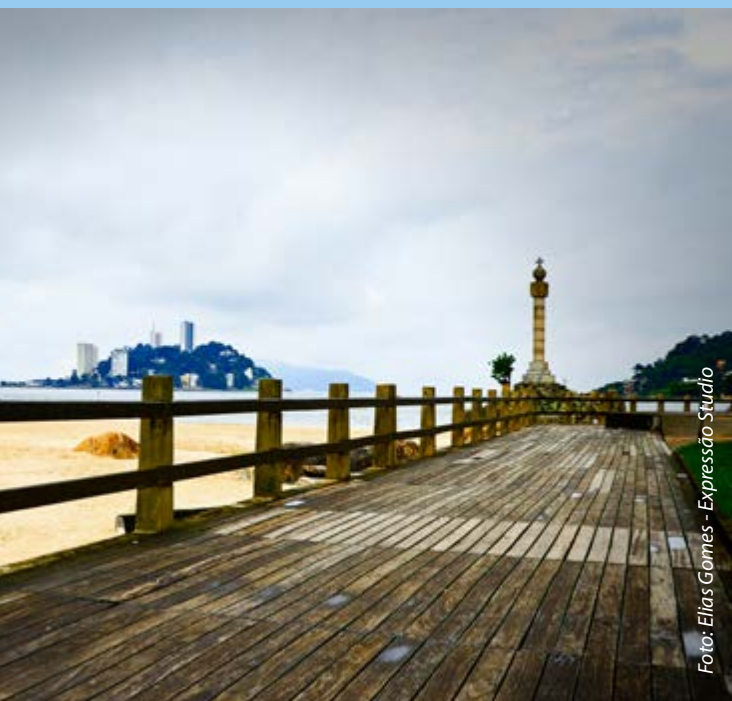


Foto: Elias Gomes - Expressão Studio



Foto: Douglas Piton

## Rota Ciclo Histórico

A concentração começa na Praça Tom Jobim, seguindo pelo final da Praia do Gonzaguinha até a Av. Presidente Wilson, onde retorna ao centro da cidade, passando nas imediações do Instituto Histórico Geográfico - Casa do Barão, Praça Coronel Lopes, em direção à Casa Martim Afonso, Vila de São Vicente e retorna pela Av. Newton Prado, passando ao lado da Ponte Pênsil, com destino à Praça da Biquinha.

**Tempo médio para completar a rota: 1h Total de km: 4**

### SÃO VICENTE

*São Vicente is full of natural attractions and sights, with lots of history and culture. Cycling through the city is to discover the history of the first city of Brazil, founded in 1532 by Martim Afonso de Souza.*

### HISTORICAL CYCLE ROUTE

*The concentration starts at Praça Tom Jobim, going through the beach Praia do Gonzaguinha until the Av. Presidente Wilson, where it returns to the city center, passing nearby the Historical Geographic Institute - Casa do Barão, Praça Coronel Lopes, towards Casa Martim Afonso, Vila de São Vicente and returns through Av. Newton Prado, passing next to the Ponte Pênsil (Suspension Bridge), heading to Praça da Biquinha.*

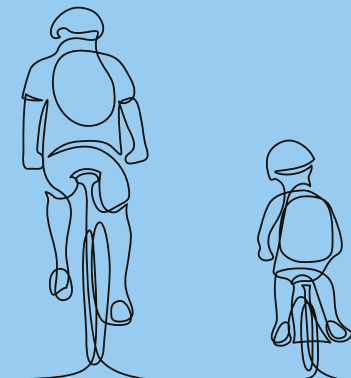
**Average time to complete the route: 1 hour Total distance: 4 km**

### SÃO VICENTE

*São Vicente está lleno de atracciones naturales y lugares de interés, con mucha historia y cultura. Pedalear por la ciudad es descubrir la historia de la primera ciudad de Brasil, fundada en 1532 por Martim Afonso de Souza.*

### ROTA CICLO HISTÓRICO

*La concentración comienza en Praça Tom Jobim, siguiendo el final de Praia do Gonzaguinha hasta Av. Presidente Wilson, donde regresa al centro de la ciudad, pasando en las inmediaciones del Instituto Geográfico Histórico - Casa do Barão, Praça Coronel Lopes, hacia Casa Martim Afonso, Vila de São Vicente y regresa por Av. Newton Prado, pasando junto al Puente Pensil, dirección a la Plaza da Biquinha. **Tiempo promedio para completar la ruta: 1 hora Km totales: 4***





# PRAIA GRANDE



A cidade já recebeu cinco vezes o troféu “Cidade Amiga da Bicicleta”. Dois foram concedidos pela própria Associação Brasileira de Ciclistas, outro pelo Instituto Pedala Brasil e União de Ciclistas do Brasil, durante o evento “Bicicultura”, pela Associação Brasileira de Ciclistas, Skates, Patins e Cadeirantes e pela Liga Santista de Ciclismo, no 1º Congresso de Mobilidade das Cidades Ciclovárias da Baixada Santista e durante o II Festival da Bicicleta do Litoral Paulista, em Santos. **Sites da rota:** <https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/>  
<https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/>

Foto: Elias Gomes - Expressão Studio





## Rota Ciclo Eco

Percurso onde o cicloturista pode aproveitar a natureza caçara e os prédios históricos, seguindo pelas avenidas Ayrton Senna da Silva, Ecológica e chegada ao Canto do Forte, onde está a Fortaleza de Itaipu. **Site da Rota:** <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/> **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 5.4

## Rota Sol, Areia e Mar

Como o próprio nome sugere, pedalar por entre os pontos turísticos da cidade com vista para o mar é um privilégio e essa rota proporciona um passeio sob o sol, pela areia e observando a beleza do mar.

A ciclovía da orla da praia faz todo o percurso, onde o cicloturista pode apreciar os principais atrativos naturais e histórico do local, a partir da Fortaleza de Itaipu até Solemar. **Site da Rota:** <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 1h20 **Total de km:** 23.5

### Posto de Atendimento ao Turista I

**Endereço:** R. José Bonifácio - Sítio do Campo, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 7 às 20h  
**Telefone:** (13) 3473-1857  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista II

**Endereço:** Praça Nossa Sra. de Fátima - Vila Caiçara, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 17 às 22h  
**Telefone:** (13) 3496-5722  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista III

**Endereço:** Av. Dom Pedro II, 104 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 17 às 22h  
**Telefone:** (13) 3496-5722  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista IV

**Endereço:** Av. Pres. Castelo Branco, s/n - Guilhermina, Praia Grande - SP

### Horário de Funcionamento: 17 às 22h

**Telefone:** (13) 3496-5722

**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista V

**Endereço:** Próximo à Rua Bartolomeu Dias - Aviação, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 10 às 18h15  
**Telefone:** (13) 3496-5720  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Av. Pres. Castelo Branco, 22403 - Canto do Forte, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 10 às 18h15  
**Telefone:** (13) 3496-5703  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** R. Colômbia, 314 - Guilhermina, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 10 às 18h15  
**Telefone:** (13) 3496-5700  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Av. Pres. Castelo Branco, 8160 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 10 às 18h15

**Telefone:** (13) 3496-5717

**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Próximo à Rua Uirapuru - Av. Pres. Castelo Branco - Vila Tupi, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** 10 às 18h15  
**Telefone:** (13) 3496-5727  
**E-mail:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Av. Pres. Costa e Silva, 1600 - Boqueirão, Praia Grande - SP  
**Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 9 às 17h e sábado, das 14 às 18h  
**Telefone:** (13) 3496-5704  
**E-mail:** [sectur@praia grande.sp.gov.br](mailto:sectur@praia grande.sp.gov.br)



### **PRAIA GRANDE**

The city has already received the “Bicycle-Friendly City” trophy five times. Two of them were granted by the Brazilian Association of Cyclists, another by the Pedala Brasil Institute and the Union of Cyclists of Brazil, during the “Bicicultura” event, by the Brazilian Association of Cyclists, Skates, Roller-skates and Wheelchair users and by the Santista Cycling League, at the 1st Mobility Congress of the Cycling Cities in the Baixada Santista, and during the II São Paulo Coast Bicycle Festival, in Santos. **Route websites:** <https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/> <https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/>

### **ECO CYCLE ROUTE**

A route where the cyclist can enjoy the caçara nature and the historic buildings, following the avenues Ayrton Senna da Silva, Ecológica and arriving at Canto do Forte, where the Fortress of Itaipu is located. **Route website:** <https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/> **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 5.4 km

### **ROUTE SUN, SAND AND SEA**

As its name suggests, cycling through the city’s sights overlooking the sea is a privilege, and this route provides a ride under the sun, along the sand and observing the beauty of the sea. The beachfront bike path runs the entire route, where the cyclist can enjoy the main natural and historical attractions of the place, from the Itaipu Fortress to Solemar. **Route website:** <https://turismo.praiagrande.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 23.5 km

#### **Tourist information center I**

**Address:** R. José Bonifácio - Sítio do Campo, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 7 a.m. to 8 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3473-1857  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center II**

**Address:** Praça Nossa Sra. de Fátima - Vila Caiçara, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 5 p.m. to 10 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5722  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center III**

**Address:** Av. Dom Pedro II, 104 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 5 p.m. to 10 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5722  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center IV**

**Address:** Av. Pres. Castelo Branco, s/n - Guilhermina, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 5 p.m. to 10 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5722  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center V**

**Address:** Next to Rua Bartolomeu Dias - Aviação, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 10 a.m. to 6:15 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5720  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center**

**Address:** Av. Pres. Castelo Branco, 22403 - Canto do Forte, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 10 a.m. to 6:15 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5703  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center**

**Address:** R. Colombia, 314 - Guilhermina, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 10 a.m. to 6:15 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5700  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center**

**Address:** Av. Pres. Castelo Branco, 8160 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 10 a.m. to 6:15 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5717  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center**

**Address:** Next to Rua Uirapuru - Av. Pres. Castelo Branco - Vila Tupi, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** From 10 a.m. to 6:15 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5727  
**E-mail:** [secturturismo@praiagrande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praiagrande.sp.gov.br)

#### **Tourist information center**

**Address:** Av. Pres. Costa e Silva, 1600 - Boqueirão, Praia Grande - SP  
**Opening hours:** Monday to Friday, from 9 a.m. to 5 p.m. and Saturday from 2 p.m. to 6 p.m.  
**Telephone:** (+55 13) 3496-5704  
**E-mail:** [sectur@praiagrande.sp.gov.br](mailto:sectur@praiagrande.sp.gov.br)

## **PRAIA GRANDE**

La ciudad ya ha recibido en cinco ocasiones el trofeo “Cidade Amiga da Bicicleta”. Dos fueron otorgados por la Associação Brasileira de Ciclistas, otro por el Instituto Pedala Brasil y la Unión de Ciclistas do Brasil, durante el evento “Bicicultura”, por la Associação Brasileira de Ciclistas, Skates, Patins e Cadeirantes (Usuarios de Sillas de Ruedas) y por la Liga Santista de Ciclismo, en el 1º Congresso de Mobilidade das Cidades Ciclovárias da Baixada Santista y durante la II Festival da Bicicleta do Litoral Paulista, en Santos. **Páginas web:** <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/> - <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/>

### **ROTA CICLO ECO**

Una ruta donde el ciclista puede disfrutar de la naturaleza caíçara y de los edificios históricos, siguiendo las avenidas Ayrton Senna da Silva, Ecológica y llegando a Canto do Forte, donde se encuentra la Fortaleza de Itaipu. **Página web de la ruta:** <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/home-page/cicloturismo/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 5.4

### **ROTA SOL, AREIA E MAR**

Como su nombre indica, pedalear por los lugares de interés de la ciudad con vistas al mar es un privilegio y esta ruta permite pasear bajo el sol, bordeando la arena y observando la belleza del mar.

La ciclovía frente a la playa recorre todo el recorrido, donde el ciclista puede disfrutar de los principales atractivos naturales e históricos del lugar, desde la Fortaleza de Itaipú hasta Solemar. **Página web de ruta:** <https://turismo.praia grande.sp.gov.br/> **Tiempo medio para completar la ruta:** 1h20min **Km totales:** 23.5

#### **Centro de Atención al Turista I**

**Dirección:** Rua José Bonifácio - Sítio do Campo, Praia Grande - SP

Abierto de las 7 am hasta las 8 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3473-1857

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista II**

**Dirección:** Praça Nossa Sra. de Fátima - Vila Caiçara, Praia Grande - SP

Abierto de las 5 pm hasta las 10 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5722

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista III**

**Dirección:** Av. Dom Pedro II, 104 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP

Abierto de las 5 pm hasta las 10 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5722

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista IV**

**Dirección:** Av. Pres. Castelo Branco, s/n - Guilhermina, Praia Grande - SP

Abierto de las 5 pm hasta las 10 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5722

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista V**

**Dirección:** Próximo à Rua Bartolomeu Dias - Aviação, Praia Grande - SP

Abierto de las 10 am hasta las 6:15 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5720

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista VI**

**Dirección:** Av. Pres. Castelo Branco, 22403 - Canto do Forte, Praia Grande - SP

Abierto de las 10 am hasta las 6:15 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5703

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista VII**

**Dirección:** R. Colômbia, 314 - Guilhermina, Praia Grande - SP, 11702-020

Abierto de las 10 am hasta las 6:15 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5700

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista VIII**

**Dirección:** Av. Pres. Castelo Branco, 8160 - Cidade Ocian, Praia Grande - SP

Abierto de las 10 am hasta las 6:15 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5717

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

#### **Centro de Atención al Turista IX**

**Dirección:** Próximo à Rua Uirapuru - Av. Pres. Castelo Branco - Vila Tupi, Praia Grande - SP

Abierto de las 10 am hasta las 6:15 pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5727

**Correo electrónico:** [secturturismo@praia grande.sp.gov.br](mailto:secturturismo@praia grande.sp.gov.br)

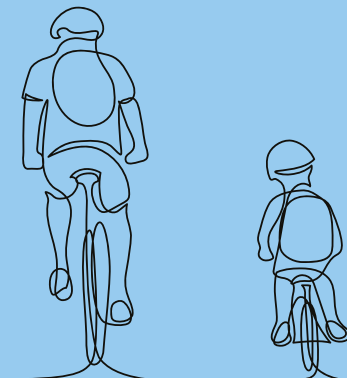
#### **Centro de Atención al Turista**

**Dirección:** Av. Pres. Costa e Silva, 1600 - Boqueirão, Praia Grande - SP

Abierto de Lunes a viernes, de las 9am hasta las 5pm y sábados de 2pm a 6pm

**Teléfono:** (+55 13) 3496-5704

**Correo electrónico:** [sectur@praia grande.sp.gov.br](mailto:sectur@praia grande.sp.gov.br)







## ITANHAÉM

Conhecida principalmente por suas belezas naturais, Itanhaém possui cerca de 26 quilômetros de praias, baías, pequenas enseadas e costões rochosos. A Prefeitura Municipal possui o projeto de cicloturismo “Pedalada Turística”, que desenvolve rotas municipais e regionais, com destaque para os roteiros: Histórico/Cultural, Praias de Itanhaém e Cachoeira Três Quedas. Também tem os roteiros intermunicipais: de Pesca (Itanhaém/ Boca da Barra e Mongaguá/ Plataforma de Pesca) e Caminhos de Anchieta (Itanhaém/ Cama de Anchieta e Peruíbe/ Ruínas do Abarebebê). Itanhaém possui um grupo de ciclistas chamado Cicloturista. Toda semana tem atividades gratuitas diurnas e noturnas. **Sites das rotas:** [http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa\\_turismo.pdf](http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa_turismo.pdf) - <https://www.facebook.com/cicloturistasciclistas.itanhaem> - <http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/>

Foto: Douglas Piton





Foto: Alf Ribeiro - Expressão Studio

## ROTAS:

# Roteiro Histórico/Cultural

Itanhaém é a segunda cidade mais antiga do Brasil, de grande importância histórica e cultural, que oferece aos turistas a possibilidade de conhecer diversos locais que remetem e retratam de forma fiel a sua história. **Pontos visitados:** antiga Estação Ferroviária, Praça Narciso de Andrade, Igreja Matriz de Sant'Anna, Museu Conceição de Itanhaém, Monumento José de Anchieta, Gabinete de Leitura, Convento Nossa Senhora da Conceição, Casario Colonial, Busto Marin Afonso de Souza, Beco de Sant'Anna, Pinacoteca Municipal, Praça Ernesto Zwarg, Biblioteca Municipal, Pocinho de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Paineiro de Anchieta e Passarela para Cama de Anchieta. Ponto de saída: Antiga Estação Ferroviária, na Rua Dr. Cesário Bastos, Centro e ponto de chegada: passarela para Cama de Anchieta, na Rua da Enseada, Praia dos Sonho. O percurso segue por superfícies planas, exigindo pouco esforço físico. Também tem um trecho com altimetria de 20 metros. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 5

# Roteiro Praias de Itanhaém

O roteiro oferece a possibilidade de conhecer diversos locais, considerados como cartões de visita da cidade. Pontos visitados: Orla e Praia do Centro, Boca da Barra, Monumentos Zeca Poitena, Paulo Pica Pau e Itanhaém, Rio Itanhaém, Alameda Emídio de Souza, Praia dos Pescadores, Monumento Mulheres de Areia, Ilha das Cabras, Praia do Sonho, Praia das Conchas, Praia da Gruta, Pocinho de Anchieta, Praia do Cibratel e Praia dos Pinheiros. Ponto de saída: Orla do Centro, esquina da Rua João Alves Ferreira com Avenida Presidente Vargas e ponto de chegada: Praia dos Pinheiros, Av. Gov. Mário Covas Júnior, 3894. Percurso em superfícies planas com pouco esforço físico e caminho com altimetria de 4 metros. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 12.5

# Roteiro Cachoeira Três Quedas

A área rural é o caminho a percorrer com muita história para contar. A trilha para se chegar até a cachoeira leva cerca de 30 minutos. No caminho um grande poço natural. Viver essa experiência na Mata Atlântica é renovar a alma. Pontos Visitados: Aeroporto Dr. Antônio Ribeiro Nogueira, Rio Aguapeú, Sítio Santo Antônio, Estação de Tratamento de Água Mambú/Branco, Estação Elevatório, Rio Branco, Bananal, Árvore Centenária Figueira Branca e Cachoeira Três Quedas. Ponto de saída: Mais Super Atacados Itanhaém, na Rua Hélio Borba Vita, e o ponto de chegada, a famosa Cachoeira Três Quedas, na Estrada Francisco Paniquar Filho. Esse percurso, em superfícies planas estradas rurais com terrenos irregulares e altimetria de cinco metros, exige esforço físico moderadamente severo. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 30





Foto: Alf Ribeiro - Expressão Studio

## Roteiro Intermunicipal de Pesca

Muito procurada para a prática da pesca, a Boca da Barra é a foz do Rio Itanhaém, formada pelo encontro das águas do rio com o mar, local de entrada e saída dos barcos para o mar. A Plataforma Marítima de Pesca amadora de Mongaguá é visitada por inúmeros turistas e é um dos cenários mais bonitos e encantadores do Brasil. Pontos Visitados: Rio Itanhaém, monumentos Zeca Poitena, Paulo Pica Pau e #Itanhaém, Boca da Barra, Praias do Tombo, Centro, Praião, Satéite, Nova Itanhaém, Suarão, Jardim Suarão, Loty, Agenor de Campos, Parque Ecológico Turístico “A Tribuna”, Estátua de Iemanjá e Plataforma de Pesca de Mongaguá. Ponto de Saída: Boca da Barra, na Av. Presidente Vargas, no Centro, e ponto de chegada na Plataforma de Pesca. O percurso conta com superfícies planas, como praias e ruas, com altimetria de três metros e exige pouco esforço físico. **Tempo médio para completar a rota: 1h20 Total de km: 13**

## Roteiro Intermunicipal Caminhos de Anchieta

Reunindo belezas naturais, história e fé, o entorno da Gruta Nossa Senhora de Lourdes possui diversos atrativos turísticos e é a região que mais recebe turistas. Pontos visitados: passarela para Cama de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Painele de Anchieta, Pocinho de Anchieta, praias do Cibratel I e Cibratel II, Estação Praia de Esportes, praias do Tupi, Grandesp, São Fernando, Bopiranga, Gaivota e Santa Cruz, praia da Terra Indígena Piaçaguera, Aldeias Awa Porungawa Dju e Tapirema e Ruínas do Abarebebê.

**Ponto de Saída:** passarela para Cama de Anchieta, na Praia dos Sonhos e ponto de chegada: Ruínas do Abarebebê. Seu percurso é todo em superfícies planas com altimetria de três metros e exige esforço físico moderadamente severo. **Tempo médio para completar a rota: 1h40 Total de km: 17**

### SECTUR - Secretaria de Turismo

**Endereço:** Rua Aécio Mennucci, 281, Centro, Itanhaém

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (13) 3426-7922

**E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista I

**CITM – Centro de Informações Turísticas Metropolitanas**

**Endereço:** Av. Jaime de Castro, entrada da cidade

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (13) 3427-8327

**E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista II

**PIT – Posto de Informações Turísticas da Gruta**

**Endereço:** Praça Nossa Senhora de Lourdes, Gruta, Praia do Sonho

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (13) 3426-4918

**E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista III

**PIT – Posto de Informações Turísticas do Suarão**

**Endereço:** Praça Nossa Senhora do Sion – Suarão

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (13) 3426-4207

**E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

## ITANHAÉM

Known mainly for its natural beauty, Itanhaém has about 26 kilometers of beaches, bays, small coves, and rocky shores. The City Hall has the cycle tourism project "Pedalada Turística", which develops municipal and regional routes, with emphasis on the routes: Histórico/Cultural, Praias de Itanhaém and Cachoeira Três Quedas. **There are also intercity routes:** de Pesca (Itanhaém/ Boca da Barra e Mongaguá/ Plataforma de Pesca) and Caminhos de Anchieta (Itanhaém/ Cama de Anchieta e Peruíbe/ Ruínas do Abarebebé). Itanhaém has a group of cyclists called Cicloturita. Every week there are free daytime and nighttime activities. **Route websites:** [http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa\\_turismo.pdf](http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa_turismo.pdf) - <https://www.facebook.com/cicloturistasciclistas.itanhaem> - <http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/>



### HISTORICAL/CULTURAL ROUTE

Itanhaém is the second oldest city in Brazil, of great historical and cultural importance, which offers tourists the possibility of getting to know several places that refer and portray its history. **Points to visit:** old Railway Station, Praça Narciso de Andrade, Igreja Matriz de Sant'Anna, Museu Conceição de Itanhaém, José de Anchieta Monument, Gabinete de Leitura, Convento Nossa Senhora da Conceição, Colonial Houses, Busto Marin Afonso de Souza, Beco de Sant'Anna, Pinacoteca Municipal, Praça Ernesto Zwarg, Biblioteca Municipal, Pocinho de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Painele de Anchieta and Passarela para Cama de Anchieta. Departure point: Old Railway Station, on Rua Dr. Cesário Bastos. Center and point of arrival: walkway to

Cama de Anchieta, on Rua da Enseada, Praia dos Sonhos. The route goes through flat surfaces, requiring no physical effort. It has also a section with an altimetry of 20 meters. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 5 km

### ITANHAÉM BEACHES ROUTE

The itinerary offers the possibility of getting to know different places, considered as post cards of the city. Points to visit: Coastline and Praia do Centro, Boca da Barra, Zeca Poitena, Paulo Pica Pau and Itanhaém Monuments, Itanhaém River, Alameda Emídio de Souza, Praia dos Pescadores, Mulheres de Areia Monument, Ilha das Cabras, Praia do Sonho, Praia das Conchas, Praia da Gruta, Pocinho de Anchieta, Praia do Cibratel and Praia dos Pinheiros. Departure point: Orla do Centro, corner of Rua João Alves Ferreira and Avenida Presidente Vargas. Arrival point: Praia dos Pinheiros, Av. Gov. Mário Covas Júnior, 3894. The route is on flat surfaces with no physical effort and it has an altimetry of 4 meters. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 12.5 km

### TRÊS QUEDAS WATERFALL TOUR

The countryside makes people real storytellers. The trail to reach the waterfall takes about 30 minutes. On the way there is a large natural pool. Living this experience in the Atlantic Forest is renewing the soul. Points to visit: Airport Dr. Antônio Ribeiro Nogueira, Agua-peú River, Sítio Santo Antônio, Mambú/Branco Water Treatment Station, Estação Elevatório, Rio Branco, Bananal, Figueira Branca Centennial Tree and Três Quedas Waterfall. Departure point: Mais Super Atacados Itanhaém, on Rua Hélio Borba Vita. Arrival point: the famous Três Quedas Waterfall, on Estrada Francisco Paniquar Filho. This route has flat surfaces, rural roads with uneven terrain and an altitude of five meters, requiring quite a physical effort. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 30 km

### INTERMUNICIPAL FISHING ROUTE

Known for fishing, Boca da Barra is the mouth of the Itanhaém River, formed by the meeting of the river's waters with the sea, the place where boats enter and leave the sea. The Maritime Platform for Amateur Fishing of Mongaguá is visited by countless tourists and is one of the most beautiful and enchanting scenarios in Brazil. Points to visit: Itanhaém River, Zeca Poitena, Paulo Pica Pau and Itanhaém monuments, Boca da Barra, Tombo, Centro and Praiaões Beaches, Satellite,

Nova Itanhaém, Suarão, Jardim Suarão, Loty, Agencor de Campos, Ecological Tourist Park "A Tribuna", Iemanjá Statue and Mongaguá Fishing Platform. Departure point: Boca da Barra, on Av. Presidente Vargas, downtown. Arrival point: the Fishing Platform. The route has flat surfaces, such as beaches and streets, with an altimetry of three meters and requires some physical effort. **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 13 km

### INTERMUNICIPAL ROUTE CAMINHOS DE ANCHIETA

Bringing together natural beauties, history and faith, the surroundings of the Nossa Senhora de Lourdes Grotto have several tourist attractions and is the region that receives the most tourists. Points to visit: catwalk to Cama de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Painele de Anchieta, Pocinho de Anchieta, beaches of Cibratel I and Cibratel II, Praia de Esportes station, beaches of Tupi, Grandesp, São Fernando, Bopiranga, Gaivota and Santa Cruz, Piaçaguera Indigenous Land beach, Awa Porungawa Dju and Tapirema villages and Abarebebé Ruins. Departure point: catwalk to Cama de Anchieta, in Praia dos Sonhos. Arrival point: Abarebebé Ruins. The route is all on flat surfaces with an altimetry of three meters and requires quite a physical effort. **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 17 km

**SECTUR - Secretary of Tourism - Address:** Rua Aécio Mennucci, 281, Centro, Itanhaém **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3426-7922 **E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Tourist information center I - CITM - Metropolitan Tourist Information Center - Address:** Av. Jaime de Castro, in the entrance to the city **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3427-8327 **E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Tourist information center II - PIT - Grotto Tourist Information Office - Address:** Praça Nossa Senhora de Lourdes, Gruta, Praia do Sonho **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3426-4918 **E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Tourist information center III - PIT - Suarão Tourist Information Office - Address:** Praça Nossa Senhora do Sion - Suarão **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3426-4207 **E-mail:** turismo@itanhaem.sp.gov.br



## ITANHAÉM

Conocida principalmente por su belleza natural, Itanhaém tiene cerca de 26 kilómetros de playas, bahías, pequeñas calas y costas rocosas. La Municipalidad cuenta con el proyecto de cicloturismo “Pedalada Turística”, que desarrolla rutas municipales y regionales, con énfasis en las rutas: Histórico/Cultural, Playas de Itanhaém y Cascada de Três Quedas. También existen rutas interurbanas: Pesca (Itanhaém/ Boca da Barra y Mongaguá/ Plataforma Pesquera) y Senderos de Anchieta (Itanhaém/ Cama de Anchieta y Peruíbe/ Ruínas do Abarebebê). Itanhaém tiene un grupo de ciclistas llamado Cicloturita. Todas las semanas hay actividades gratuitas diurnas y nocturnas. **Páginas web:** [http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa\\_turismo.pdf](http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/mapa_turismo.pdf) - <https://www.facebook.com/cicloturistasciclistas.itanhaem> - <http://www2.itanhaem.sp.gov.br/turismo/>



Foto: Alf Ribeiro - Expressão Studio

### ROTEIRO HISTÓRICO/CULTURAL

Itanhaém es la segunda ciudad más antigua de Brasil, de gran importancia histórica y cultural, que ofrece al turista la posibilidad de conocer varios lugares que reflejan y retratan fielmente su historia. **Puntos visitados:** antiguo Estación Ferroviária, Praça Narciso de Andrade, Igreja Matriz de Sant’Anna, Museu Conceição de Itanhaém, Monumento José de Anchieta, Gabinete de Leitura, Convento Nossa Senhora da Conceição, Casario Colonial, Busto Marin Afonso de Souza, Beco de Sant’Anna, Pinacoteca Municipal, Praça Ernesto Zwarg, Biblioteca Municipal, Pocinho de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Pánel de Anchieta y Passarela para Cama de Anchieta. Punto de partida: Antigua Estação Ferroviária, na Rua Dr. Cesário Bastos, Centro y punto de llegada: passarela a Cama de Anchieta, en la Rua da Enseada, Praia dos Sonhos. La ruta sigue superficies planas, que requieren poco esfuerzo físico. También tiene un tramo con una altimetría de 20 metros. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 5

### ROTEIRO PRAIAS DE ITANHAÉM

El itinerario ofrece la posibilidad de conocer diferentes lugares, considerados como tarjetas de visita de la ciudad. Puntos visitados: Orla y Praia do Centro, Boca da Barra, Zeca Poitena, Monumentos Paulo Pica Pau e Itanhaém, Río Itanhaém, Alameda Emídio de Souza, Playa de los Pescadores, Monumento Mulheres de Areia, Ilha das Cabras, Praia do Sonho, Praia das Conchas, Praia da Gruta, Pocinho de Anchieta, Praia do Cibratel y Praia dos Pinheiros. Punto de salida: Orla do Centro, esquina de Rua João Alves Ferreira y Avenida Presidente Vargas y punto de llegada: Praia dos Pinheiros, Av. governador Mário Covas Júnior, 3894. Recorrido en superficies planas con poco esfuerzo físico y camino con una altimetría de 4 metros. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 12.5

### ROTEIRO CACHOEIRA TRÊS QUEDAS

El campo es el camino a seguir con mucha historia que contar. El sendero para llegar a la cascada toma alrededor de 30 minutos. En el camino hay un gran pozo natural. Vivir esta experiencia en la Mata Atlántica es renovar el alma. Lugares de interés visitados: Aeropuerto Dr. Antônio Ribeiro Nogueira, Río Aguapeú, Sitio Santo Antônio, Estación de Tratamiento de Agua Mambú/ Branco, Estación de Bombeo, Río Branco, Bananal, Árbol Centenario de Figueira Branca y Cascada Três Quedas. Punto de partida: Mais Super Atacados Itanhaém, en la Rua Hélio Borba Vita, y el punto de llegada, la famosa Cascada Três Quedas, en la Estrada Francisco Paniquar Filho. Esta ruta, por terrenos llanos, caminos rurales con desniveles y cinco metros de altitud, requiere un esfuerzo físico moderado. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 30

### ROTEIRO INTERMUNICIPAL DE PESCA

Muy solicitada para la pesca, Boca da Barra es la desembocadura del río Itanhaém, formada por el encuentro de las aguas del río con el mar, el lugar por donde entran y salen los barcos del mar. La Plataforma Marítima de Pesca Aficionada de Mongaguá es visitada por innumerables turistas y es uno de los escenarios más bellos y encantadores de Brasil. Puntos Visitados: Río Itanhaém, Zeca Poitena, Monumentos Paulo Pica Pau e Itanhaém, Boca da Barra, Playas de Tombo, Centro, Praia, Satélite, Nova Itanhaém, Suarão, Jardim Suarão, Loty, Agenor de Campos, Parque Ecológico Turístico “A Tribune”, Estatua de Iemanjá y Plataforma Pesquera de Mongaguá. Punto de Salida: Boca da Barra, en la Av. Presidente Vargas, centro y punto

de arriba a la Plataforma Pesquera. El recorrido tiene superficies planas, como playas y calles, con una altimetría de tres metros y requiere poco esfuerzo físico. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:20 hora **Km totales:** 13

### ROTEIRO INTERMUNICIPAL CAMINHOS DE ANCHIETA

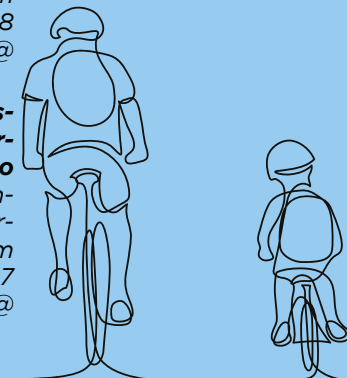
Reuniendo bellezas naturales, historia y fe, el entorno de la Gruta de Nossa Senhora de Lourdes tiene varios atractivos turísticos y es la región que más turistas recibe. Puntos visitados: passarela a Cama de Anchieta, Gruta Nossa Senhora de Lourdes, Panel de Anchieta, Pocinho de Anchieta, playas de Cibratel I y Cibratel II, Praia de Esportes, playas de Tupi, Grandesp, São Fernando, Bopiranga, Gaivota y Santa Cruz, Playa de la Tierra Indígena Piaçaguera, Aldeas Awa Porungawa Dju y Tapirema y Ruínas de Abarebebê. **Punto de partida:** passarela a Cama de Anchieta, en Praia dos Sonhos y punto de llegada: Ruínas do Abarebebê. Su recorrido es todo sobre superficies planas con una altimetría de tres metros y requiere un esfuerzo físico moderadamente severo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:40 hora **Km totales:** 17

**SECTUR - Secretaria de Turismo - Dirección:** Rua Aécio Mennucci, 281, Centro, Itanhaém. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 13) 3426-7922 **Correo electrónico:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista I - CITM - Centro de Informaciones Turísticas Metropolitanas - Dirección:** Avenida Jaime de Castro. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 13) 3427-8327 **Correo electrónico:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista II - PIT - Posto de Informaciones Turísticas da Gruta - Dirección:** Praça Nossa Senhora de Lourdes, Gruta, Praia do Sonho. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 13) 3426-4918 **Correo electrónico:** turismo@itanhaem.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista III - PIT - Posto de Informaciones Turísticas do Suarão - Dirección:** Praça Nossa Senhora do Sion - Suarão. Abierto de las 8 am hasta las 5 pm **Teléfono:** (+55 13) 3426-4207 **Correo electrónico:** turismo@itanhaem.sp.gov.br





# SANTA ALBERTINA

A cidade conta com uma lei de criação de incentivo ao cicloturismo e traçou uma importante trilha, por entre a natureza e pontos importantes da cidade, até chegar ao Córrego do Arara.

## Trilha de Cicloturismo Rota do Córrego do Arara

Rota com grau de dificuldade moderado, desnível positivo de 459 metros e desnível negativo de 446 metros. Elevação máxima 439 metros e mínima 326 metros. A trilha percorre a margem do Córrego do Arara e suas corredeiras naturais, um excelente caminho para os amantes do ecoturismo.

**Sites da Rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/trilha-de-cicloturismo-rota-do-corrego-arara-92567981> e [www.santaalbertina.sp.gov.br](http://www.santaalbertina.sp.gov.br)

**Tempo médio para completar a rota:** 1h47 **Total de km:** 44.32

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Rua João Lujan, 720 **Horário de Funcionamento:** Das 8 às 11h e das 13 às 16h. Finais de semana, das 8 às 13h **Telefone:** (17) 99642-5082 **E-mail:** secturpm@hotmail.com

### SANTA ALBERTINA

The city has a law to create incentives for cycle tourism and has traced an important trail, through nature and important points of the city, until reaching the Córrego do Arara.

### CYCLING TRAIL ROUTE OF CÓRREGO DO ARARA

Route with a moderate level of difficulty, positive slope of 459 meters and negative slope of 446 meters. It has a maximum elevation of 439 meters and minimum of 326 meters. The trail runs along the banks of the Córrego do Arara and its natural rapids, an excellent path for lovers of ecotourism. **Route websites:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/trilha-de-cicloturismo-rota-do-corrego-arara-92567981> and [www.santaalbertina.sp.gov.br](http://www.santaalbertina.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 1 hour 47 minutes **Total distance:** 44.32 km

**Tourist information center - Address:** Rua João Lujan, 720 **Opening hours:** From 8 a.m. to 11 a.m. and from 1 p.m. to 4 p.m. Weekends from 8 a.m. to 1 p.m.

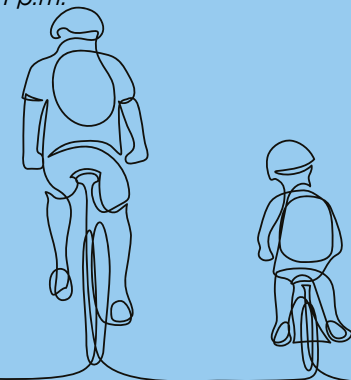
**Telephone:** (+55 17) 99642-5082 **E-mail:** secturpm@hotmail.com

### SANTA ALBERTINA

La ciudad tiene una ley para crear incentivos para el cicloturismo y ha trazado un camino importante, a través de la naturaleza y puntos importantes de la ciudad, hasta llegar al Córrego do Arara.

### TRILHA DE CICLOTURISMO ROTA DO CÓRREGO DO ARARA

Ruta con un grado de dificultad moderado, desnivel positivo de 459 metros y desnivel negativo de 446 metros. Elevación máxima 439 metros y mínima 326 metros. El sendero discurre por la ribera del Córrego do Arara y sus rápidos naturales, un excelente camino para los amantes del ecoturismo. **Página web de la ruta:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/trilha-de-cicloturismo-rota-do-corrego-arara-92567981> e [www.santaalbertina.sp.gov.br](http://www.santaalbertina.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:47 horas **Km totales:** 44.32 **Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua João Lujan, 720. Abierto de 8am hasta las 11am y de 1pm hasta las 4pm Fines de semana de 8 am a 1 pm - **Teléfono:** (+55 17)99642-5082 **Correo electrónico:** secturpm@hotmail.com





# ENTRE RIOS, SERRAS E CAFÉS

## SÃO SEBASTIÃO DA GRAMA

O cicloturismo de São Sebastião da Grama está em desenvolvimento e realiza eventos anuais de mountain bike, que promovem o cicloturismo no Vale da Grama. Também faz parcerias e conta com o apoio de ciclistas profissionais, que auxiliam no crescimento da atividade na cidade e região.

Foto: Ivan Moura



## Rota Circuito Vale da Grama

Durante a travessia, os ciclistas passam por fazendas particulares e por uma cachoeira em território particular, na Estrada São Domingos. A trilha segue pela Capela dos Arcanjos, pelo Pesqueiro Vale San Juan, fazendas em geral, atravessa o vale, visita o Cristo Redentor e sua paisagem, a Igreja da Pedra e a Cachoeira da Grama. Para a obrigatória é saborear o Torresmo do Carlão, chegando na Praça e Igreja Matriz. O circuito se torna incrível por ser emoldurado por paisagens, fazendas do Vale da Grama, cachoeiras e permite experiências com produtores de café, azeite e macadâmias. Também tem o aspecto religioso, passando pelo Cristo, a Igreja da Pedra, entre outros pontos. **Tempo médio para completar a rota: 3h Total de km: 30**

## Desafio Vale da Grama

O Desafio da Grama é uma rota utilizada para o evento Mountain Bike 34, que acontece todo ano, no futuro fará parte de rotas de perene, trazendo mais visibilidade para a cidade e consolidando o segmento de cicloturismo de São Sebastião da Grama. **Tempo médio para completar a rota: 02h45 Total de km: 52**

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Antônio Rodrigues, 430, Centro, São Sebastião da Grama - SP

**Horário de Funcionamento:** 7 às 17h, segunda à sexta

**Telefone:** (+55 19) 3646-9982 **E-mail:** culturaeturismo@ssgrama.sp.gov.br



### SÃO SEBASTIÃO DA GRAMA

The cycle tourism of São Sebastião da Grama is under development and holds annual mountain bike events, which promote cycle tourism in Vale da Grama. The city also makes partnerships and has the support of professional cyclists, who help in the growth of the activity in the city and region.

#### ROUTE VALE DA GRAMA CIRCUIT

During the crossing, cyclists pass through private farms and a waterfall in private territory, on Estrada São Domingos. The trail goes through the Capela dos Arcanjos, through the Pesqueiro Vale San Juan, farms, crosses the valley, visits the Cristo Redentor and its landscape, the Igreja da Pedra and the Grama Waterfall. A mandatory stop is to taste the Torresmo do Carlão, arriving at Praça and Igreja Matriz. The circuit is incredible because of its landscapes, farms in Vale da Grama, waterfalls and for allowing experiences with coffee, olive oil and macadamia producers. It also has a religious aspect, passing through the Christ and the Igreja da Pedra, among other points.

**Average time to complete the route:** 3 hours

**Total distance:** 30 km

#### VALE DA GRAMA CHALLENGE

Desafio da Grama is a route used for the Mountain Bike 34 event, which takes place in the region every year. In the future it will be part of perennial routes, bringing more visibility to the city and consolidating the cycle tourism segment of São Sebastião da Grama. **Average time to complete the route:** 2 hours 45 minutes **Total distance:** 52 km

#### Tourist information center

**Address:** Rua Antônio Rodrigues, 430, Centro, São Sebastião da Grama - SP

**Opening hours:** From 7 a.m. to 5 p.m., Monday to Friday **Telephone:** (+55 19) 3646-9982

**E-mail:** culturaeturismo@ssgrama.sp.gov.br

### SÃO SEBASTIÃO DA GRAMA

El cicloturismo de São Sebastião da Grama está en desarrollo y realiza eventos anuales de bicicleta de montaña, que promueven el cicloturismo en Vale da Grama. También realiza alianzas y cuenta con el apoyo de ciclistas profesionales, que ayudan en el crecimiento de la actividad en la ciudad y región.

#### ROTA CIRCUITO VALE DA GRAMA

Durante la travesía, los ciclistas pasan por fincas privadas y una cascada en territorio privado, en la Estrada São Domingos. El sendero pasa por la Capilla de los Arcángeles, por la Pescadería del Valle de San Juan, fincas en general, atraviesa el valle, visita el Cristo Redentor y su paisaje, la Igreja da Pedra y la Cascada de la Grama. Una parada obligatoria es para degustar el Torresmo do Carlão, llegando a Praça e Igreja Matriz. El circuito se vuelve increíble porque está enmarcado por paisajes, fincas en Vale da Grama, cascadas y permite experiencias con productores de café, aceite de oliva y macadamia. También tiene un aspecto religioso, pasando por el Cristo, la Igreja da Pedra, entre otros puntos. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 30

#### DESAFIO VALE DA GRAMA

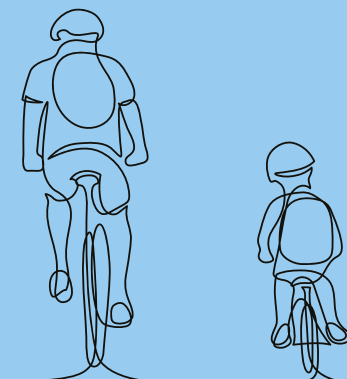
Desafio da Grama es una ruta utilizada para el evento Mountain Bike 34, que se realiza todos los años, en el futuro formará parte de las rutas perennes, trayendo más visibilidad a la ciudad y consolidando el segmento de cicloturismo de São Sebastião da Grama. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h 45 min **Km totales:** 52

#### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Antônio Rodrigues, 430, Centro, São Sebastião da Grama - SP

Abierto de las 7 am hasta las 5 pm, de lunes a viernes

**Teléfono:** (+55 19) 3646-9982 **Correo electrónico:** culturaeturismo@ssgrama.sp.gov.br





# ÁGUAS DA PRATA

Aos pés da Serra da Mantiqueira, a estância de Águas da Prata é um destino muito agradável para a prática do cicloturismo. Várias rotas já são percorridas por ciclistas de toda região. Faz parte do Caminho da Fé, uma das rotas mais procuradas, sendo o município o marco zero do percurso. Águas da Prata também é uma das duas cidades paulistas que participam da Rota do Vulcão, muito procurada por ser o único percurso do mundo ao redor de uma caldeira vulcânica. As paisagens são incríveis.

**Sites:** <https://caminhodafe.com.br/ptbr/de-bike/> - <https://rotadovulcao.com.br/>  
<https://www.aguasdaprata.sp.gov.br/>



Foto: Ken Chu - Expressão Studio





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Rota do Vulcão

Essa rota é um verdadeiro circuito desafiador e com visuais deslumbrantes, passando por 13 cidades, com acúmulo de altimetria de mais de 9.000 metros. **Site da Rota:** <https://rotadovulcao.com.br/> **Redes Sociais: Instagram:** [https://www.instagram.com/rota\\_do\\_vulcao/](https://www.instagram.com/rota_do_vulcao/) **Tempo médio para completar a rota:** 23h59 **Total de km:** 350

## Caminho da Fé

Esse é um desafio até mesmo para atletas, com um percurso de vários dias, passando por várias cidades. É inspirado no Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha, e movimenta o interior paulista há 19 anos. O primeiro percurso criado foi o de Águas da Prata a Aparecida, depois vários ramais que atualmente se ligam ao principal. O caminho é feito por pedestres e ciclistas que movimentam o trajeto todos os dias. Foi idealizado e desenvolvido para dar estrutura às pessoas que sempre fizeram peregrinação ao Santuário Nacional de Aparecida, oferecendo os necessários pontos de apoio, infraestrutura e informações. **Site da Rota:** <https://caminhodafe.com.br/> **Redes Sociais: Facebook:** <https://www.facebook.com/caminhodafeassociacao> **Tempo médio para completar a rota:** 6 a 8 dias **Total de km:** 318

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Av. Dr. Brandão, 90, Águas da Prata, SP

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h, de segunda a sexta

**Telefone:** (19) 3642-1882

**E-mail:** semtuc@aguasdaprata.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Tonico Vilela, s/n - Praça Basilio Ceschin

**Horário de Funcionamento:** 9 às 17h, de quinta a domingo

**Telefone:** (19) 3642-1882

**E-mail:** cit.aguasdaprata@gmail.com



## ÁGUAS DA PRATA

At the foot of Serra da Mantiqueira, the resort of Águas da Prata is a very pleasant destination for cycle tourism. Several routes are already covered by cyclists from all over the region. It is part of the Caminho da Fé, one of the most popular routes, with the municipality being the point zero of the route. Águas da Prata is also one of the two cities in São Paulo that participate in the Rota do Vulcão, sought-after people because it is the only route in the world around a volcanic caldera. The landscapes are incredible. **Route websites:** <https://caminhodafe.com.br/ptbr/de-bike/> - <https://rotadovulcao.com.br/> - <https://www.aguasdaprata.sp.gov.br/>

## VOLCANO ROUTE

This route is a truly challenging circuit with stunning views, passing through 13 cities, with an altimetry accumulation of over 9,000 meters. **Route website:** <https://rotadovulcao.com.br/> **Social network: Instagram:** [https://www.instagram.com/rota\\_do\\_vulcao/](https://www.instagram.com/rota_do_vulcao/) **Average time to complete the route:** 23 hours 59 minutes **Total distance:** 350 km

## PATH OF FAITH

This is a challenge even for athletes, with a route of several days, passing through several cities. It is inspired by the Camino de Santiago de Compostela, in Spain, and has been moving the countryside of São Paulo for 19 years. The first route created was the one from Águas da Prata to Aparecida, then several branches that currently connect to the main one. The path is made by pedestrians and cyclists who run it every day. It was conceived and developed to provide structure for people who have always made pilgrimages to the National Sanctuary of Aparecida, offering the necessary supporting points, infrastructure, and information. **Route website:** <https://caminhodafe.com.br/> **Social networks: Facebook:** <https://www.facebook.com/caminhodafeassociacao/> **Instagram:** <https://www.instagram.com/caminhodafeassociacao/> **Average time to complete the route:** 6 - 8 days **Total distance:** 318 km

**Tourist information center - Address:** Av. Dr. Brandão,

90, Águas da Prata, SP **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m., Monday to Friday **Telephone:** (+55 19) 3642-1882 **E-mail:** [semtuc@aguasdaprata.sp.gov.br](mailto:semtuc@aguasdaprata.sp.gov.br) **Tourist information center - Address:** Rua Tonico Vilela, s/n - Praça Basílio Ceschin **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m., Thursday to Sunday **Telephone:** (+55 19) 3642-1882 **E-mail:** [cit.aguasdaprata@gmail.com](mailto:cit.aguasdaprata@gmail.com)



## ÁGUAS DA PRATA

A los pies de la Serra da Mantiqueira, la estación de Águas da Prata es un destino muy agradable para el cicloturismo. Varias rutas ya están cubiertas por ciclistas de toda la región. Forma parte del Caminho da Fé, una de las rutas más populares, siendo el municipio el punto cero del recorrido. Águas da Prata es también una de las dos ciudades de São Paulo que participan en la Ruta de los Volcanes, muy buscada porque es la única ruta en el mundo alrededor de una caldera volcánica. Los paisajes son increíbles. **Páginas web:** <https://caminhodafe.com.br/ptbr/de-bike/> - <https://rotadovulcao.com.br/> <https://www.aguasdaprata.sp.gov.br/> <http://associacaobikersmogiana.com.br/vulcao.com.br/>

## ROTA DO VULCÃO

Esta ruta es un circuito verdaderamente desafiante con impresionantes vistas, pasando por 13 ciudades, con una acumulación de altimetría de más de 9.000 metros. **Página web de la ruta:** <https://rotadovulcao.com.br/> **Redes Sociales: Instagram:** [https://www.instagram.com/rota\\_do\\_vulcao/](https://www.instagram.com/rota_do_vulcao/) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 23h59min **Km totales:** 350

## CAMINHO DA FÉ

Este es un reto incluso para deportistas, con un recorrido de varios días, pasando por varias ciudades. Está inspirado en el Camino de Santiago de Compostela, en España, y lleva 19 años moviendo el campo de São Paulo. La primera ruta creada fue la de Águas da Prata a Aparecida, luego varios ramales que actualmente conectan con la principal. El camino está formado por peatones y ciclistas que recorren el camino todos los días. Fue concebido y desarrollado para dar estructura a las personas que siempre han peregrinado al Santuario Nacional de Aparecida, ofreciendo los puntos de apoyo, infraestructura e información necesarios. **Página web de la ruta:** <https://caminhodafe.com.br/> **Redes Sociales: Facebook:** <https://www.facebook.com/caminhodafeassociacao/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 a 8 días **Km totales:** 318

## Centro de Atención al Turista

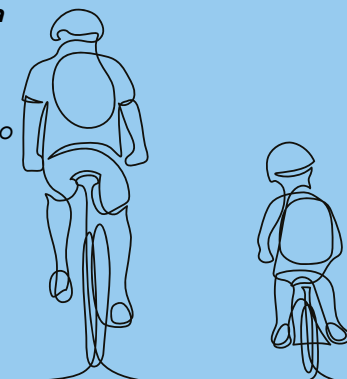
**Dirección:** Avenida Dr. Brandão, 90, Águas da Prata, SP. Abierto 8 am a 5 pm, de lunes a viernes **Teléfono:** (+55 19) 3642-1882

**Correo electrónico:** [semtuc@aguasdaprata.sp.gov.br](mailto:semtuc@aguasdaprata.sp.gov.br)

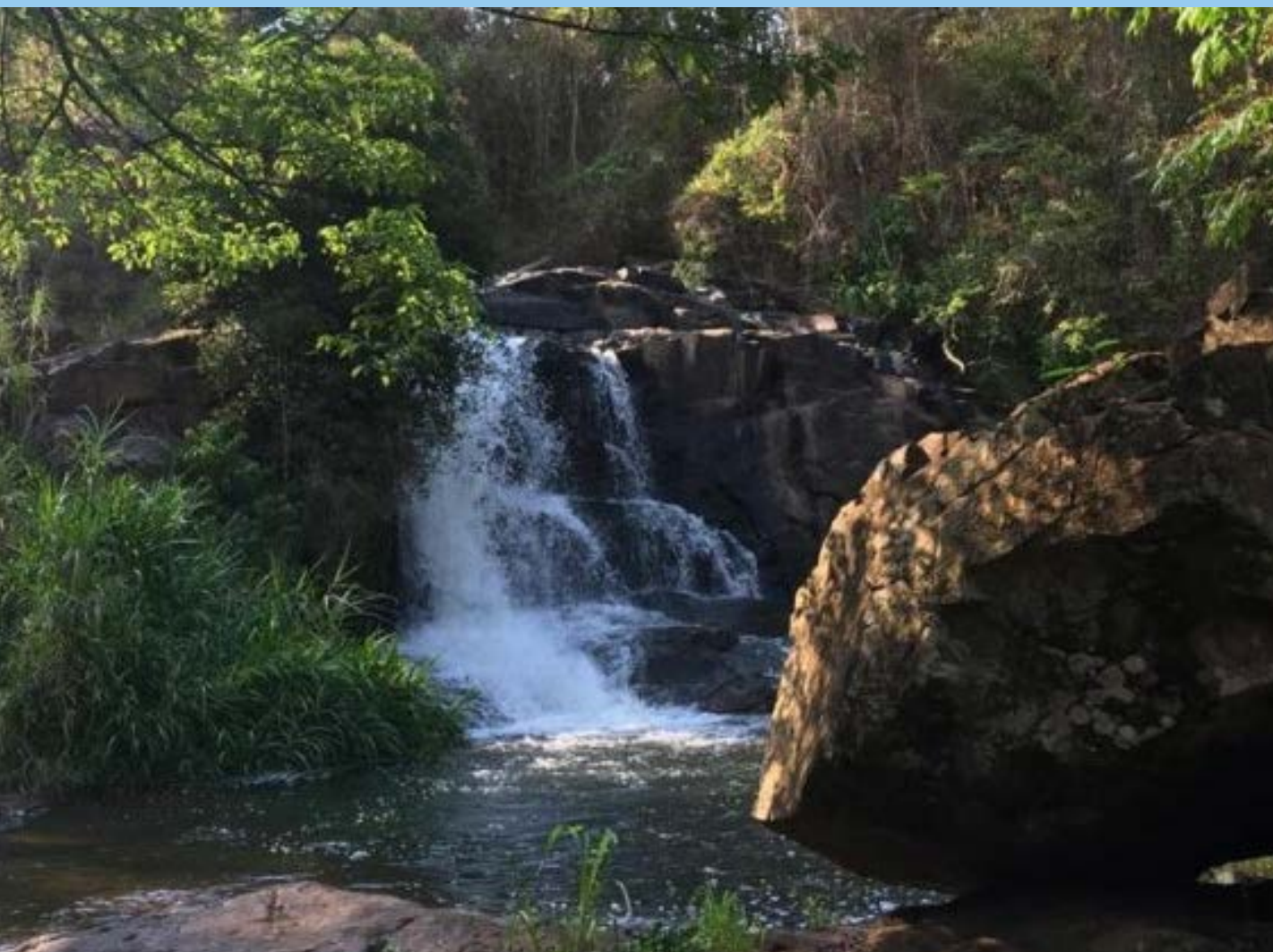
## Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Tonico Vilela, s/n - Praça Basílio Ceschin. Abierto de las 9 am hasta 5 pm de jueves hasta domingo **Teléfono:** (+55 19) 3642-1882

**Correo electrónico:** [cit.aguasdaprata@gmail.com](mailto:cit.aguasdaprata@gmail.com)







## SÃO JOSÉ DO RIO PARDO

São José tem vários grupos de ciclistas que se reúnem para cruzar trilhas, descobrir novos caminhos, fazer novas amizades e deixar o stress do dia a dia pelas estradas e caminhos rurais. **Sites das rotas:** <https://vemprario-pardo.sp.gov.br> - <https://saojosedoriopardo.sp.gov.br/>

### ROTAS

## Caminho da Fé por São Roque da Fartura

A rota sai de São José pelo asfalto que liga à São Sebastião da Gramma, acessa o Caminho da Fé, no trecho de Divinolândia para São Roque da Fartura, voltando para São Sebastião da Gramma. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/Ki3YOrd5zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 04h42h **Total de km:** 82.1

## Rota Fazenda da Tubaca, passando pela Cachoeira Santa Helena

Segue pela estrada da Fazenda Tubaca, passando pela Cachoeira Santa Helena, com retorno pela estrada São José x Tapiratiba. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/Hv9Jz9M5zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 2h15 **Total de km:** 37.7

## Rota Fazenda Ouro Verde

Começa na Estrada de Ouro Verde, passando pela Fazenda São Pedro e Tapiratiba. No percurso de volta, o caminho segue pela Fazenda Olé Cheiroso e Fazenda Fortaleza, regressando para São José do Rio Pardo. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/QLmqV5z6zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 3h16 **Total de km:** 65

## Rota Pedalada Recanto da Vovó

Pedal com nível de dificuldade intermediário, passando por estrada de terra. No percurso está o Recanto da Vovó, com infraestrutura de restaurante e atividades de lazer. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 31.8

## Rota Fazenda Tubaca

A trilha segue pela estrada da Fazenda Tubaca e no retorno segue pelo Venerando e Casarão. Passeio feito com agendamento e acompanhamento. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 02:15h **Total de km:** 34.1

## Pedalada Árvore dos Gnomos

A trilha passa pelo Sítio Palhavan e por uma exuberante cachoeira, de nível 5. Passeio feito com agendamento e acompanhamento. **Site da Rota:** <https://strava.app.link/udpeEcO7zpb> **Tempo médio para completar a rota:** 3h41 **Total de km:** 62.7

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Biblioteca Monteiro Lobato

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (11) 95340-4320

**E-mail:** turismo\_gestao@saojosedoriopardo.sp.gov.br





## SÃO JOSÉ DO RIO PARDO

São José has several groups of cyclists who get together to cross trails, discover new paths, make new friends, and leave the stress of everyday life on the roads and rural paths. **Route websites:** <https://vemprariopardo.sp.gov.br> - <https://saojosedoripardo.sp.gov.br/>

### ROUTES

#### PATH OF FAITH THROUGH SÃO ROQUE DA FARTURA

The route leaves São José through the asphalt that connects to São Sebastião da Gramma, accesses the Caminho da Fé, on the section from Divinolândia to São Roque da Fartura, returning to São Sebastião da Gramma. **Route website:** <https://strava.app.link/Ki3YOrd5zpb> **Average time to complete the route:** 4 hours 42 minutes **Total distance:** 82.1 km

#### TUBACA FARM ROUTE, PASSING BY SANTA HELENA WATERFALL

It goes through the road to Fazenda Tubaca, passing by Cachoeira Santa Helena, returning along the road São José x Tapiratiba. **Route website:** <https://strava.app.link/Hv9Jz9M5zpb> **Average time to complete the route:** 2 hours 15 minutes **Total distance:** 37.7 km

#### OURO VERDE FARM ROUTE

It starts at Estrada de Ouro Verde, passing through Fazenda São Pedro and Tapiratiba. On the way back, the path goes through Fazenda Olé Cheiroso and Fazenda Fortaleza, returning to São José do Rio Pardo. **Route website:** <https://strava.app.link/QLmqV5z6zpb> **Average time to complete the route:** 3 hours 16 minutes **Total distance:** 65 km

#### BIKE ROUTE RECANTO DA VOVÓ

Route with an intermediate difficulty level, passing through a dirt road. Along the way is the Recanto da Vovó, with a restaurant and leisure activities. **Route website:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 31.8 km

#### TUBACA FARM ROUTE

The trail follows the road to Fazenda Tubaca and on the way back, it goes through Venerando and Casarão.

Tour made by appointment and accompaniment. **Route website:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Average time to complete the route:** 2 hours 15 minutes **Total distance:** 34.1 km

#### TREE OF GNOMES BIKE CIRCUIT

The trail passes by Sítio Palhavan and by an exuberant waterfall, of level 5. Tour made with appointment and accompaniment. **Route website:** <https://strava.app.link/udpeEcO7zpb> **Average time to complete the route:** 3 hours 41 minutes **Total distance:** 62.7 km

#### Tourist information center

**Address:** Monteiro Lobato Library

**Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 11) 95340-4320

**E-mail:** [turismo\\_gestao@saojosedoripardo.sp.gov.br](mailto:turismo_gestao@saojosedoripardo.sp.gov.br)

## SÃO JOSÉ DO RIO PARDO

São José cuenta con varios grupos de ciclistas que se reúnen para recorrer senderos, descubrir nuevos caminos, hacer nuevos amigos y dejar el estrés de la vida cotidiana en los caminos y caminos rurales. **Páginas web:** <https://vemprariopardo.sp.gov.br> - <https://saojosedoripardo.sp.gov.br/>

### ROTAS

#### CAMINHO DA FÉ POR SÃO ROQUE DA FARTURA

La ruta sale de São José por el asfalto que conecta a São Sebastião da Gramma, accede al Caminho da Fé, en el tramo de Divinolândia a São Roque da Fartura, regresando a São Sebastião da Gramma. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/Ki3YOrd5zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4h42 **Km totales:** 82.1

#### ROTA FAZENDA DA TUBACA, PASSANDO PELA CACHOEIRA SANTA HELENA

Seguir el camino hacia la Hacienda Tubaca, pasando por Cachoeira Santa Helena, regresando por el camino São José x Tapiratiba. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/Hv9Jz9M5zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h15min **Km totales:** 37.7

## ROTA FAZENDA OURO VERDE

Comienza en Estrada de Ouro Verde, pasando por Fazenda São Pedro y Tapiratiba. De regreso, el camino pasa por Fazenda Olé Cheiroso y Fazenda Fortaleza, regresando a São José do Rio Pardo. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/QLmqV5z6zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3h16min **Km totales:** 65

## ROTA PEDALADA RECANTO DA VOVÓ

Pedalea con un nivel de dificultad intermedio, pasando por un camino de tierra. En el camino se encuentra Recanto da Vovó, con restaurante y actividades de ocio. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 31.8

## ROTA FAZENDA TUBACA

El sendero sigue el camino a la Fazenda Tubaca y de regreso pasa por Venerando y Casarão. Visita realizada con cita previa y acompañamiento.

**Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/d3PGJiM6zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h15min **Km totales:** 34.1

## PEDALADA ÁRVORE DOS GNOMOS

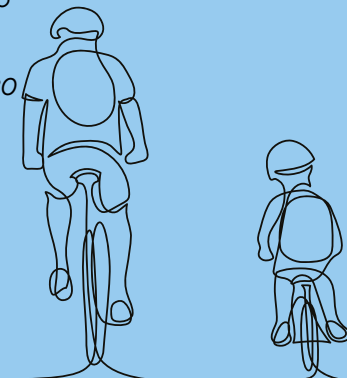
El sendero pasa por Sítio Palhavan y por una cascada exuberante, de nivel 5. Recorrido realizado con cita previa y acompañamiento. **Página web de la ruta:** <https://strava.app.link/udpeEcO7zpb> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:41 horas **Km totales:** 62.7

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Biblioteca Monteiro Lobato. Abierto de las 8 am hasta 5 pm

**Teléfono:** (+55 11) 95340-4320

**Correo electrónico:** [turismo\\_gestao@saojosedoripardo.sp.gov.br](mailto:turismo_gestao@saojosedoripardo.sp.gov.br)





# ENTRE SERRAS E ÁGUAS

## BRAGANÇA PAULISTA

Bragança tem 16 rotas catalogadas, com quilometragem e grau de dificuldade variados, envolvendo todas as regiões da cidade. As rotas percorrem caminhos históricos de Bragança e, no seu trajeto, ponte e estações da antiga estrada de ferro promovem vistas panorâmicas da represa, além de fazendas de café, eucaliptos, pecuária e outras culturas espalhadas pela zona rural.

**Sites das rotas:** <https://www.braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo>

Foto: Sérgio Luiz Jorge - Expressão Studio





Foto: Prefeitura de Bragança Paulista



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

## ROTAS

### Circuito 01 - Bairro do Tanque

Percurso com grau leve de dificuldade, indicado para praticantes de mountain bike, seguindo pela ciclovía Avenida Imigrantes, Lago do Taboão, Bairro Santa Helena e Estrada Velha Bragança X Atibaia. **Site da Rota:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 32.6

### Circuito 02 - Fazenda Boa Esperança

Rota com nível de dificuldade moderado, ideal para praticantes de mountain bike. Seu percurso: Ciclovía Imigrantes, Sta. Luzia e Estrada. **Site da Rota:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h40 **Total de km:** 17.5

### Circuito 03 - Serrinha

Trajetos indicados para ciclistas em geral e praticantes de mountain bike, com grau de dificuldade moderado, segundo pela Ciclovía Imigrantes, Tq. do Moinho, Penha, Bom Retiro, Bacci, Água Comprida e Serrinha. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 03h10 **Total de km:** 43



## Circuito 04 - Bragança Paulista X Vargem - SP

**O trajeto:** Ciclovía Imigrantes, Estrada Aurélio Frias, Estrada Ponte Alta-Anhumas e Vargem. Com grau de dificuldade leve, é indicado para praticantes de mountain bike e para ciclistas em geral. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k - <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 3h10 **Total de km:** 46.8

## Circuito 05 - Estação Guaripocaba / Menin

Indicado para ciclistas em geral e para praticantes de mountain bike. Trajeto: Ciclovía Imigrantes, Aurélio Frias, Estrada D. Chiquinha, Atílio Menin e Ciclovía Imigrantes. **Grau de Dificuldade:** fácil. **Site da Rota:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 24.5

## Circuito 06 - Bragança Paulista X Pedra Bela (Estrada Velha)

**Trajeto:** Ciclovía Imigrantes, Atílio Menin, Fernando Frias, Pedra Bela. Indicado para ciclistas em geral e praticantes de mountain bike. Grau de Dificuldade: moderado. **Site da rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 56.6

## Circuito 07 - Bairro do Baccci / Guaripocaba (Via Varginha)

Para ciclistas em geral e praticantes de mountain bike, seu trajeto inclui: Ciclovía Avenida dos Imigrantes, Bom Retiro, Baccci, Varginha, Guaripocaba, Curitibanos, Menin, Curitibanos, Ciclovía Imigrantes. Grau de dificuldade: moderado. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 2h20 **Total de km:** 33.5





## Circuito 08 - Boa Vista / Bacci

A rota, indicada para praticantes de ciclismo em geral, especialmente para praticantes de mountain bike, segue pela Ciclovia Avenida dos Imigrantes, Lago, Bosque das Araucárias, Boa Vista, Água Comprida, Bacci, Bom Retiro, Matadouro. Grau de dificuldade: moderado.

**Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 3h30 **Total de km:** 46.8

## Circuito 09 - Bairro do Tanque (Via Bocaina)

A rota segue pela Ciclovia Imigrantes, Santa Luzia, Bocaina, Bairro Tanque, Estrada Velha Bragança X Atibaia, Santa Helena, Taboão, Ciclovia Imigrantes e Concha Acústica. Grau de dificuldade: moderado. O circuito é indicado para praticantes de mountain bike e ciclistas em geral. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 2h10 **Total de km:** 36

## Circuito 10 - Fazenda Yakult (Via Curitibanos / Campo Novo)

Indicado para ciclistas em geral e para praticantes de mountain bike. Seu trajeto: Ciclovia Imigrantes, curitibanos, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel e novamente a Ciclovia Imigrantes. Grau de dificuldade: moderado. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 40.6

## Circuito 11 - Usina (Via Iguatemi / Campo Novo)

O circuito com grau de dificuldade moderado, indicado para ciclistas em geral e praticantes de mountain bike, segue pela Ciclovia Avenida dos Imigrantes, Santa Libânia, Iguatemi, 7 Barras, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel e retorna para a Ciclovia Imigrantes. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 3h10h **Total de km:** 42



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

## Circuito 12 - Fazendola

Percurso indicado para praticantes de mountain bike e ciclistas em geral, com grau de dificuldade moderado: Ciclovía Avenida dos Imigrantes, Santa Luzia, Bocaina, Bairro dos Pires, Fazendola, Laranjal, Bairro do Tanque, Santa Helena e Taboão. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 43.3

## Circuito 13 - Boa Vista / Morro Grande

Trajeto: Ciclovía Imigrantes, Lago, Pq. Araucárias, Boa Vista, Morro Grande, Água Comprida, Bom Retiro e Matadouro. De grau difícil, o circuito é indicado para praticantes de mountain bike e ciclistas em geral. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 41

## Circuito 14 - 07 Curvas

Trajeto: Ciclovía Imigrantes, Curitibaanos, Araras Pereiras, Araras dos Lemes, Bairro dos Limas, Pedra Bela, Pitangueiras, Agudo, Menin, Curitibaanos e Ciclovía Imigrantes. Grau de dificuldade: moderado. Para praticantes de ciclismo em geral, em especial mountain bike. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 4h50 **Total de km:** 55.4

## Circuito 15 - Carvoarias

Grau de dificuldade: extremo. Para praticantes de ciclismo em geral, em especial mountain bike. Trajeto: Ciclovía Imigrantes, Curitibaanos, Menin, Agudo, Pedra Bela, Pitangueiras, Carvoarias, Vargem, Anhumas, Guaripocaba, Menin, Curitibaanos, Ciclovía Imigrantes. **Site da Rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 5h **Total de km:** 66

## Circuito 16 - Entre Serras e Águas

Grau: difícil. Para praticantes de ciclismo em geral, em especial mountain bike. Trajeto entre Bragança X Atibaia X Piracaia e Vargem. **Site da rota:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 6h30 **Total de km:** 94.5

**Posto de Atendimento ao Turista I - Endereço:** Praça Jacinto Osório s/n, Matadouro, Bragança Paulista **Horário de Funcionamento:** Diariamente, das 8 às 17h **Telefone:** (11) 4035-0049 **E-mail:** centrodea-poiaoturista2021@gmail.com - cat.smct@gmail.com

**Posto de Atendimento ao Turista II - Endereço:** Rua Conselheiro Rodrigues Alves, 251, Centro, Bragança Paulista - **Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 18 horas. Sábado, domingo e feriados, das 10 às 17h **Telefone:** (11) 4034-6570 **E-mail:** turismo@braganca.sp.gov.br



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista



## BRAGANÇA PAULISTA

Bragança has 16 cataloged routes, with varying mileage and level of difficulty, involving all regions of the city. The routes follow historic paths in Bragança and, along the way, the bridge and stations of the old railway provide panoramic views of the dam, in addition to coffee farms, eucalyptus trees, livestock and other crops spread across the countryside. **Route websites:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo>

### ROUTES

#### CIRCUIT 01 – TANQUE NEIGHBORHOOD

A route with a light level of difficulty, suitable for mountain bikers, following the cycle path through Avenida Imigrantes, Lago do Taboão, Bairro Santa Helena and Estrada Velha Bragança X Atibaia. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 32.6 km

#### CIRCUIT 02 – BOA ESPERANÇA FARM

Route with a moderate level of difficulty, ideal for mountain bikers. It goes through Imigrantes Cycle Path, Sta. Lucia, and Estrada. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 17.5 km

#### CIRCUIT 03 – SERRINHA

Route indicated for cyclists and mountain bikers, with a moderate level of difficulty, going through Imigrantes Cycle Path, Tq. do Moinho, Penha, Bom Retiro, Bacci, Água Comprida and Serrinha. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 3 hours 10 minutes **Total distance:** 43 km

#### CIRCUIT 04 – BRAGANÇA PAULISTA X VARGEM - SP

The route goes through Imigrantes Cycle Path, Aurélio Frias Road, Ponte Alta-Anhumas and Vargem Road. With a light level of difficulty, it is suitable for mountain bikers and cyclists in general. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo>

[guia-cicloturismo](#) **Average time to complete the route:** 3 hours 10 minutes **Total distance:** 46.8 km

#### CIRCUIT 05 – GUARIPOCABA / MENIN STATION

Suitable for cyclists and mountain bikers, the route goes through Imigrantes Cycle Path, Aurélio Frias, Estrada D. Chiquinha, Atílio Menin and Imigrantes Cycle Path. **Difficulty Level:** Easy. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 24.5 km



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

#### CIRCUIT 06 – BRAGANÇA PAULISTA X PEDRA BELA (OLD ROAD)

The route goes through Imigrantes Cycle Path, Atílio Menin, Fernando Frias and Pedra Bela. It is suitable for cyclists in general and mountain bikers. **Difficulty Level:** Moderate. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 56.6 km

#### CIRCUIT 07 – BACCCI NEIGHBORHOOD / GUARIPOCABA (VIA VARGINHA)

For cyclists in general and mountain bikers, the route goes through Imigrantes Cycle Path, Bom Retiro, Bacci, Varginha, Guaripocaba, Curitibanos, Menin, Curitibanos, and Imigrantes Cycle Path. **Difficulty level:** moderate. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 33.5 km

#### CIRCUIT 08 – BOA VISTA / BACCI

The route, suitable for cyclists in general, especially for mountain bike practitioners, goes through Imigrantes Cycle Path, Lago, Bosque das Araucárias, Boa Vista, Água Comprida, Bacci, Bom Retiro and Matadouro. **Difficulty level:** moderate. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 46.8 km

#### CIRCUIT 09 – TANQUE NEIGHBORHOOD (VIA BOCAINA)

The route goes through Imigrantes Cycle Path, Santa Luzia, Bocaina, Bairro Tanque, Estrada Velha Bragança X Atibaia, Santa Helena, Taboão, Imigrantes Cycle Path and Concha Acústica. **Difficulty level:** moderate. The circuit is suitable for mountain bikers and cyclists in general. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 2 hours 10 minutes **Total distance:** 36 km

#### CIRCUIT 10 – YAKULT FARM (VIA CURITIBANOS / CAMPO NOVO)

Suitable for cyclists in general and for mountain bikers, the route goes through Imigrantes Cycle Path, Curitibanos, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel and again the Imigrantes Cycle Path. **Difficulty level:** moderate. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 40.6 km

### **CIRCUIT 11 – USINA (VIA IGUATEMI / CAMPO NOVO)**

The circuit with a moderate level of difficulty, is suitable for cyclists in general and mountain bikers. It goes through Imigrantes Cycle Path, Santa Libânia, Iguatemi, 7 Barras, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel and returns to Imigrantes Cycle Path.

**Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 3 hours 10 minutes **Total distance:** 42 km

### **CIRCUIT 12 – FAZENDOLA**

Route recommended for mountain bikers and cyclists in general, with a moderate level of difficulty. It goes through Avenida dos Imigrantes, Santa Luzia, Bocaina, Bairro dos Pires, Fazerla, Laranjal, Bairro do Tanque, Santa Helena and Taboão. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 43.3 km

### **CIRCUIT 13 – BOA VISTA / MORRO GRANDE**

The route goes through Imigrantes Cycle Path, the lake, Pq. Araucarias, Boa Vista, Morro Grande, Água Comprida, Bom Retiro and Matadouro. With a difficult level, the circuit is suitable for mountain bikers and cyclists in general. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 41 km

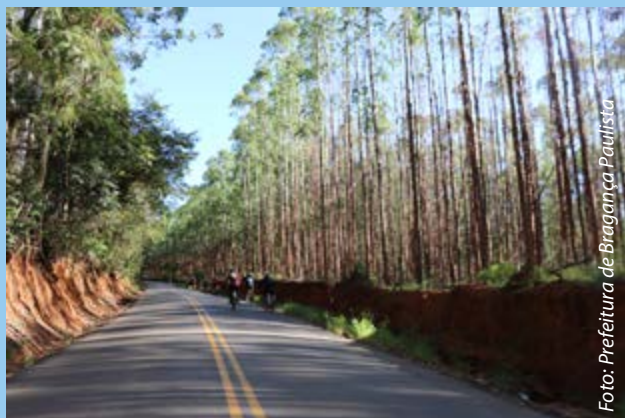


Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

### **CIRCUIT 14 – 07 CURVES**

The route goes through Imigrantes Cycle Path, Curitibaanos, Araras Pereiras, Araras dos Lemes, Bairro dos Limas, Pedra Bela, Pitangueiras, Agudo, Menin, Curitibaanos and Imigrantes Cycle Path. Difficulty level: moderate. It is for cyclists in general, especially mountain bikers. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 4 hours 50 minutes **Total distance:** 55.4 km

### **CIRCUIT 15 – CARVOARIAS**

**Difficulty level:** extreme. For cyclists in general, especially mountain bikers. The route goes through Imigrantes, Curitibaanos, Menin, Agudo, Pedra Bela, Pitangueiras, Carvoarias, Vargem, Anhumas, Guaripocaba, Menin, Curitibaanos, and Imigrantes Cycle Path. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 66 km

### **CIRCUIT 16 – BETWEEN MOUNTAINS AND WATERS**

**Level:** difficult. For cyclists in general, especially mountain bikers. Route between Bragança X Atibaia X Piracaia and Vargem. **Route website:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Average time to complete the route:** 6 hours 30 minutes **Total distance:** 94.5 km

#### **Tourist information center I**

**Address:** Praça Jacinto Osório s/n, Matadouro, Bragança Paulista

**Opening hours:** Daily, from 8 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 11) 4035-0049

**E-mail:** [centrodeapoioaoturista2021@gmail.com](mailto:centrodeapoioaoturista2021@gmail.com)  
[cat.smct@gmail.com](mailto:cat.smct@gmail.com)

#### **Tourist information center II**

**Address:** Rua Conselheiro Rodrigues Alves, 251, Centro, Bragança Paulista

**Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 6 p.m. Saturday, Sunday, and holidays, from 10 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4034-6570

**E-mail:** [turismo@braganca.sp.gov.br](mailto:turismo@braganca.sp.gov.br)



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista



## BRAGANÇA PAULISTA

Bragança cuenta con 16 rutas catalogadas, con diferente kilometraje y grado de dificultad, que involucran todas las regiones de la ciudad. Las rutas siguen caminos históricos en Bragança y, en el camino, puentes y estaciones del antiguo ferrocarril brindan vistas panorámicas de la presa, además de fincas de café, eucaliptos, ganado y otros cultivos repartidos por el campo. **Páginas web:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo>

## ROTAS

### CIRCUITO 01 - BAIRRO DO TANQUE

Ruta con un grado de dificultad ligero, apta para ciclistas de montaña, siguiendo la ciclovía Avenida Imigrantes, Lago do Taboão, Bairro Santa Helena y Estrada Velha Bragança X Atibaia. **Página web de la ruta:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h30 **Km totales:** 32.6

### CIRCUITO 02 - FAZENDA BOA ESPERANÇA

Ruta con un nivel de dificultad moderado, ideal para ciclistas de montaña. Su recorrido: Ciclovía Imigrantes, Sta. Lucía y Estrada. **Página web de la ruta:** <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h40min **Km totales:** 17.5

### CIRCUITO 03 - SERRINHA

Ruta indicada para ciclistas en general y ciclistas de montaña, con un grado de dificultad moderado, según Ciclovía Imigrantes, Tq. do Moinho, Penha, Bom Retiro, Bacci, Água Comprida y Serrinha. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / - <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 03h10min **Km totales:** 43

### CIRCUITO 04 - BRAGANÇA PAULISTA X VARGEM - SP

El recorrido: Ciclovía Imigrantes, Camino Aurélio Frias, Ponte Alta-Anhumas y Camino Vargem. Con un grado de dificultad ligero, es apto para ciclistas de montaña y ciclistas en general. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / - <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3h10min **Km totales:** 46.8

### CIRCUITO 05 - ESTAÇÃO GUARIPOCABA / MENIN

Indicado para ciclistas em geral e para praticantes de mountain bike. Trajeto: Ciclovía Imigrante, Aurélio Frias, Estrada D. Chiquinha, Atílio Menin e Ciclovía Imigrante. **Grau de Dificuldade:** fácil. Apto para ciclistas en general y para ciclistas de montaña. Ruta: Ciclovía Imigrantes, Aurélio Frias, Estrada D. Chiquinha, Atílio Menin y Ciclovía Imigrantes. Nivel de dificultad: Fácil. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / - <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h30min **Km totales:** 24.5

### CIRCUITO 06 - BRAGANÇA PAULISTA X PEDRA BELA (ESTRADA VELHA)

Ruta: Ciclovía Imigrante, Atílio Menin, Fernando Frias, Pedra Bela. Apto para ciclistas en general y ciclistas de montaña. Nivel de dificultad: Moderado. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 56.6



### CIRCUITO 07 - BAIRRO DO BACCCI / GUARIPOCABA (VIA VARGINHA)

Para ciclistas en general y ciclistas de montaña, su ruta incluye: Ciclovía Avenida dos Imigrantes, Bom Retiro, Bacci, Varginha, Guaripocaba, Curitibaanos, Menin, Curitibaanos, Ciclovía Imigrantes. **Nivel de dificultad:** moderado. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h20min **Km totales:** 33.5

### CIRCUITO 08 - BOA VISTA / BACCI

La ruta, apta para ciclistas en general, especialmente para los practicantes de bilis de montaña, sigue la Ciclovía Avenida dos Imigrantes, Lago, Bosque das Araucárias, Boa Vista, Água Comprida, Bacci, Bom Retiro, Matadouro. Nivel de dificultad: moderado. **Site da Rota:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3h30min **Km totales:** 46.8

### CIRCUITO 09 - BAIRRO DO TANQUE (VIA BOCAINA)

La ruta sigue la Ciclovía Imigrantes, Santa Luzia, Bocaina, Bairro Tanque, Estrada Velha Bragança X Atibaia, Santa Helena, Taboão, Ciclovía Imigrantes y Concha Acústica. Nivel de dificultad: moderado. El circuito es apto para ciclistas de montaña y ciclistas en general. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h10min **Km totales:** 36

### CIRCUITO 10 - FAZENDA YAKULT (VIA CURITIBANOS / CAMPO NOVO)

Apto para ciclistas en general y para ciclistas de montaña. Su recorrido: Ciclovía Imigrantes, Curitibaanos, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel y de nuevo la Ciclovía Imigrantes. Nivel de dificultad: moderado. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h50min **Km totales:** 40.6



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

#### **CIRCUITO 11 - USINA (VIA IGUATEMI / CAMPO NOVO)**

El circuito con un grado de dificultad moderado, apto para ciclistas en general y ciclistas de montaña, sigue por la Ciclovía Avenida dos Imigrantes, Santa Libânia, Iguatemi, 7 Barras, Mãe dos Homens, Campo Novo, Jd. São Miguel y vuelve por la Ciclovía Imigrantes. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3h10min **Km totales:** 42

#### **CIRCUITO 12 - FAZENDOLA**

Ruta recomendada para ciclistas de montaña y ciclistas en general, con un grado de dificultad moderado: Avenida dos Imigrantes, Santa Luzia, Bocaina, Bairro dos Pires, Fazerla, Laranjal, Bairro do Tanque, Santa Helena y Taboão. **Página web de la ruta:** strava - Bragança 580k / - <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 43.3

#### **CIRCUITO 13 - BOA VISTA / MORRO GRANDE**

**Ruta:** Ciclovía Imigrantes, Lago, Pq. Araucarias, Boa Vista, Morro Grande, Água Comprida, Bom Retiro y Matadero. De grado difícil, el circuito es apto para ciclistas de montaña y ciclistas en general.

**Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 41

#### **CIRCUITO 14 - 07 CURVAS**

**Ruta:** Ciclovía Imigrantes, Curitibanos, Araras Pereiras, Araras dos Lemes, Bairro dos Limas, Pedra Bela, Pitangueiras, Agudo, Menin, Curitibanos y Ciclovía Imigrantes. Nivel de dificultad: moderado. Para ciclistas en general, especialmente ciclistas de montaña. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4h50min **Km totales:** 55.4

#### **CIRCUITO 15 - CARVOARIAS**

Nivel de dificultad: extremo. Para ciclistas en general, especialmente ciclistas de montaña. **Ruta:** Imigrantes, Curitibanos, Menin, Agudo, Pedra Bela, Pitangueiras, Carvoarias, Vargem, Anhumas, Guaripocaba, Menin, Curitibanos, Ciclovía Imigrantes. **Página web de la ruta:** strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 66



Foto: Prefeitura de Bragança Paulista

#### **CIRCUITO 16 - ENTRE SERRAS E ÁGUAS**

Grado: difícil. Para ciclistas en general, especialmente ciclistas de montaña. Ruta entre Bragança X Atibaia X Piracaia y Vargem. **Página web de la ruta:** Strava - Bragança 580k / <https://braganca.sp.gov.br/guiaturismoelazer/guia-cicloturismo>

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 6h30min **Km totales:** 94.5

#### **Centro de Atención al Turista I**

**Dirección:** Praça Jacinto Osório s/n, Matadouro, Bragança Paulista. Abierto todos los días de 8 am a 5 pm

**Teléfono:** (+55 11) 4035-0049

#### **Correo electrónico:**

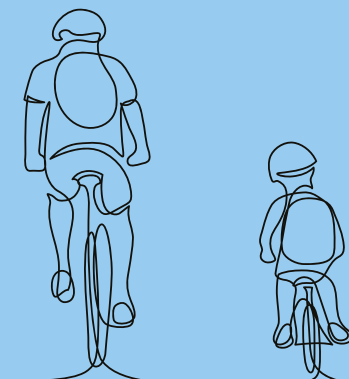
centrodeapoioaoturista2021@gmail.com  
cat.smct@gmail.com

#### **Centro de Atención al Turista II**

**Dirección:** Rua Conselheiro Rodrigues Alves, 251, Centro, Bragança Paulista. Abierto de Lunes a viernes, de 8 am a 6 pm. Sábado, domingo y días festivos, de 10am a 5pm.

**Teléfono:** (+55 11) 4034-6570

**Correo electrónico:** turismo@braganca.sp.gov.br







## PIRACAIA

A implantação de sinalização de rotas turísticas na cidade promove as atividades de cicloturismo, caminhada e esportes offroad. Os praticantes dessas modalidades conseguem encontrar nessas rotas lindas paisagens naturais formadas por morros e represas. **Sites das rotas:** <https://www.piracaia.sp.gov.br/>

Foto: Tácio Philip Sansonovski





Foto: Elías Gomes - Expressão Studio

## ROTAS

### Rota do Arpuí

Conta com pontos de apoio ao redor de estabelecimentos da comunidade local, com várias capelas e paisagens para fotos.

**Site da Rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-trekking/piracaia-arpui-81985882>

**Tempo médio para completar a rota:** 1h

**Total de km:** 13.48

### Rota da Represa

A represa do Rio Cachoeira tem grande importância para o abastecimento do sistema Cantareira. O potencial turístico do entorno da represa é muito grande e é referência para os amantes de atividades outdoor como bicicleta, moto, jipe, cavalgada e caminhada. Também são inúmeros os romeiros que utilizam as estradas ao seu redor para seus caminhos de peregrinação, sendo o mais famoso o Caminho da Graça. No seu percurso, diversas cachoeiras, capelas, pousada e restaurante.

**Site da Rota:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/piracaia-volta-da-represa-91129332>

**Tempo médio para completar a rota:** 2h30

**Total de km:** 54.65

#### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua São Miguel, 200, Centro, Piracaia

**Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta-feira, das 8 às 16h

**E-mail:** turismo@piracaia.sp.gov.br



## PIRACAIA

The implementation of signage for tourist routes in the city promotes cycling, hiking and offroad sports activities. Practitioners of these modalities can find beautiful natural landscapes formed by hills and dams on these routes. **Route websites:** <https://www.piracaia.sp.gov.br/>

## ROUTES

### ARPUÍ ROUTE

It has supporting points around establishments in the local community, with several chapels and landscapes for photos. **Route website:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-trekking/piracaia-arpui-81985882> **Average time to complete the route:** 1 hours **Total distance:** 13.48 km

### DAM ROUTE

The dam of the Cachoeira River has a great importance for the supply of the Cantareira system. The tourist potential around the dam is very large and it is a reference for lovers of outdoor activities such as bicycles, motorcycles, jeeps, horseback riding and walking. There are also numerous pilgrims who use the roads around it for their pilgrimage paths, the most famous is the Caminho da Graça. On its way, several waterfalls, chapels, an inn, and a restaurant.

**Route website:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/piracaia-volta-da-represa-91129332>



**Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 54.65 km

### Tourist information center

**Address:** Rua São Miguel, 200, Centro, Piracaia

**Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 4 p.m. **E-mail:** turismo@piracaia.sp.gov.br



## PIRACAIA

La implantación de la señalización de las rutas turísticas de la ciudad fomenta el ciclismo, el senderismo y las actividades deportivas off-road. Los practicantes de estas modalidades pueden encontrar hermosos paisajes naturales formados por cerros y presas en estas rutas. **Páginas web:** <https://www.piracaia.sp.gov.br/>

## ROTAS

### ROTA DO ARPUÍ

Tiene puntos de apoyo alrededor de los establecimientos de la comunidad local, con varias ermitas y paisajes para fotos. **Página web de la ruta:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-trekking/piracaia-arpui-81985882> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 13.48

### ROTA DA REPRESA

La represa del río Cachoeira es de gran importancia para el abastecimiento de Sistema Cantareira. El potencial turístico alrededor de la represa es muy grande y es una referencia para los amantes de las ac-

tividades al aire libre como bicicletas, motos, jeeps, cabalgatas y caminatas. También son numerosos los peregrinos que utilizan los caminos de alrededor para sus caminos de peregrinación, siendo el más famoso el Caminho da Graça. En su camino, varias cascadas, capillas, posada y restaurante.

**Página web de la ruta:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-cicloturismo/piracaia-volta-da-represa-91129332>

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h30min

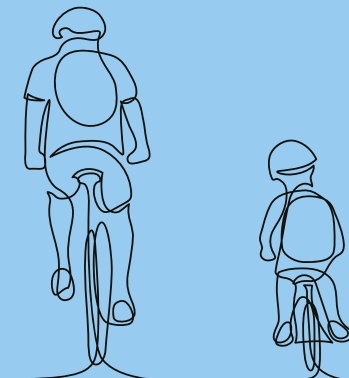
**Km totales:** 54.65

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua São Miguel, 200, Centro, Piracaia.

**Abierto de Lunes a viernes, de 8 am a 4 pm**

**Correo electrónico:** turismo@piracaia.sp.gov.br





# MAIRIPORÃ

Mairiporã possui diversas rotas para todas as preferências e graus de dificuldade. São elas: Caceia, Roseira, Cinco Lagos, Dib, Rio Acima, Mato Dentro, Lara Mara, Pico do Olho D'água, Santa Inês, Rota Terra Preta, Trilha Saracura, Trilha do Urubu, Pedra Rachada, Pinheirinho, Canal e Macacos.

Foto: Elias Gomes - Expressão Studio





Foto: Tacio Philip Sansonovski

## ROTAS

### Rota Pico do Olho D'água - Cachoeira da Caceia

Rota ideal para contemplação da região, com muita natureza e grau de dificuldade médio.

**Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 27

### Trilha do Canal

Trilha leve, indicada para iniciantes. **Tempo médio para completar a rota:** 2h  
**Total de km:** 31.63

### Rota Centro de Apoio ao Ciclista - Caceia

Indicada para ciclistas iniciantes. Ideal para a contemplação da natureza. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 30.33

### Rota Mairiporã - Parque Juquery

Pela estrada da Caceia, de terra, com destino ao Parque Estadual do Juquery, ciclistas podem aproveitar belíssimas paisagens, como a da Represa Paulo de Paiva Castro e o destino, o último remanescente do Cerrado. **Tempo médio para completar a rota:** 3h  
**Total de km:** 36.60



## Rota Mairiporã/ - Pedra Grande - Pedra do Coração

Indicada para os amantes de desafios, já que, para ter algumas das mais belas paisagens da região para contemplar, o percurso possui um alto grau de dificuldade. A superação é grande até mesmo para os ciclistas mais experientes. **Tempo médio para completar a rota: 5h Total de km: 75.97**

### Mairiporã - Pedra do Coração

Superação, contemplação e desafio. Assim pode ser resumida essa rota, com nível de dificuldade variando de médio para alto. Indicada para atletas e ciclistas com mais experiência. **Tempo médio para completar a rota: 3h30 Total de km: 53.92**

### Pedreira do Dib

As paisagens são incríveis. A natureza, com a interferência do homem, proporcionou mais um local diferente e cheio de desafios para os praticantes do cicloturismo e esportes de aventura. A trilha tem nível de esforço moderado e termina no paredão de pedra com mais de 30 metros de altura, com um belo lago no fundo. Também é ponto de encontro dos adeptos do rapel, da escalada e da tirolesa. **Tempo médio para completar a rota: 3h Total de km: 38**

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Av. Tabela Passarela, 676, Mairiporã, SP **Horário de funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (11) 4419-7357 **E-mail:** turismo@mairipora.sp.gov.br

Foto: Tacio Philip Sansonovski



## MAIRIPORÃ

Mairiporã has several routes for all preferences and levels of difficulty. They are: Caceia, Roseira, Cinco Lagos, Dib, Rio Acima, Mato Dentro, Lara Mara, Pico do Olho D'água, Santa Inês, Rota Terra Preta, Trilha Saracura, Trilha do Urubu, Pedra Rachada, Pinheirinho, Canal and Macacos.

### ROUTES

#### ROUTE PICO DO OLHO D'ÁGUA - CACHOEIRA DA CACEIA

An ideal route for contemplating the region, with lots of nature and medium difficulty. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 27 km

#### CHANNEL TRAIL

Light trail, suitable for beginners. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 31.63 km

#### ROUTE CYCLIST SUPPORT CENTER - CACEIA

Recommended for beginner cyclists. Ideal for the contemplation of nature. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 30.33 km

#### MAIRIPORÃ ROUTE - JUQUERY PARK

Along the dirt road from Caceia to the Juquery State Park, cyclists can enjoy beautiful landscapes, such as the Paulo de Paiva Castro Dam and the last remnant of the Cerrado as the destination. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 36.60 km

#### MAIRIPORÃ ROUTE/- PEDRA GRANDE - PEDRA DO CORAÇÃO

Indicated for the challenge lovers, since, to have some of the most beautiful landscapes in the region to contemplate, the route has a high level of difficulty. The overcoming is great even for the most experienced cyclists. **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 75.97 km

#### MAIRIPORÃ - PEDRA DO CORAÇÃO

Overcoming, contemplation and challenge, that's what people find in this route. With a difficulty level ranging from medium to high, it is indicated for athletes and cyclists with more experience. **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 53.92 km

#### PEDREIRA DO DIB ROUTE

The landscapes are incredible. Nature, with the

interference of man, has provided another different place full of challenges for practitioners of cycle tourism and adventure sports. The trail has a moderate level of difficulty and ends at a stone wall over 30 meters high, with a view of a beautiful lake. It is also a meeting point for rappelling, climbing and zip lining enthusiasts. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 38 km

**Tourist information center - Address:** Av. Tabelaão Passarela, 676, Mairiporã, SP **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4419-7357 **E-mail:** turismo@mairipora.sp.gov.br



Foto: Elias Gomes - Expressão Studio

### ROTAS

#### ROTA PICO DO OLHO D'ÁGUA - CACHOEIRA DA CACEIA

Ruta ideal para contemplar la comarca, con mucha naturaleza y dificultad media. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h30min **Km totales:** 27

#### TRILHA DO CANAL

Sendero ligero, apto para principiantes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 31.63

#### ROTA CENTRO DE APOIO AO CICLISTA - CACEIA

Recomendado para ciclistas principiantes. Ideal para contemplar la naturaleza. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 30.33

## ROTA MAIRIPORÃ - PARQUE JUQUERY

En el camino de tierra a Caceia, en dirección al Parque Estadual de Juquery, los ciclistas pueden disfrutar de hermosos paisajes, como el Embalse Paulo de Paiva Castro y el destino, el último remanente del Cerrado. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 36.60

## ROTA MAIRIPORÃ/- PEDRA GRANDE - PEDRA DO CORAÇÃO

Indicada para los amantes de los retos, ya que, para poder contemplar algunos de los paisajes más bellos de la región, la ruta tiene un alto grado de dificultad. La superación es estupenda incluso para los ciclistas más experimentados. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 75.97

## MAIRIPORÃ-PEDRA DO CORAÇÃO

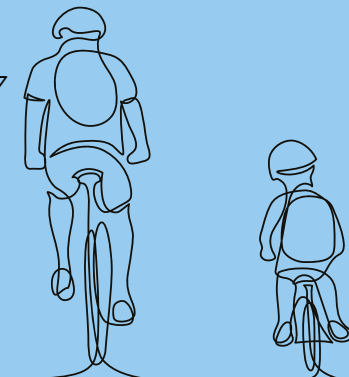
Superación, contemplación y desafío. Así se puede resumir esta ruta, con un nivel de dificultad que va de medio a alto. Indicado para deportistas y ciclistas con más experiencia. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3h 30min **Km totales:** 53.92

## PEDREIRA DO DIB

Los paisajes son increíbles. La naturaleza, con la intervención del hombre, ha proporcionado otro lugar diferente y lleno de retos para los practicantes del cicloturismo y los deportes de aventura. El sendero tiene un nivel de esfuerzo moderado y termina en un muro de piedra de más de 30 metros de altura, con un hermoso lago en el fondo. También es un punto de encuentro para los amantes del rapel, la escalada y la tirolina. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 38

## Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Avenida Tabelaão Passarela, 676, Mairiporã, SP. Abierto de 9 am a 5 pm  
**Teléfono:** (+55 11) 4419-7357  
**Correo electrónico:** turismo@mairipora.sp.gov.br





# ROTA DA FÉ

## TREMEMBÉ

O circuito do cicloturismo de Tremembé é um percurso fechado, que exige moderado esforço físico e permite passeio por mais de 20 pontos turísticos da cidade. Entre estradas rurais e urbanas é possível visitar igrejas, restaurantes, pousadas, fazendas, paisagens que revelam sua exuberante natureza, mirantes, plantações e a produção pecuária local. A rota inclui a visita pelas capelas rurais, construídas no início do século passado, em diversos estilos arquitetônicos, também circula por entre canais de arroz projetados e construídos por monges

trapistas franceses. A paisagem predominante por todo o curso é a Serra da Mantiqueira e ao longo do trajeto, pode-se apreciar oito dos dez pontos culminantes do Estado de São Paulo reconhecidos pelo IBGE. Seu trajeto tem início na praça Geraldo Costa, no Museu de História e Cultura Laurindo de Paula de Tremembé, seguindo por áreas da zona rural e urbana e às margens do Rio Paraíba do Sul. **Sites da rota:** <https://tremembe.sp.gov.br/> - <https://rtdafé.com.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h45 **Total de km:** 27,98

Foto: Ken Chu - Expressão Studio





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## Circuito Cicloturístico Trapista

Ao longo do trajeto, os ciclistas podem visitar locais por onde passaram os monges trapistas que habitaram Tremembé no início do século XX e deixaram como legado a cultura do arroz e o desenvolvimento econômico. Os ciclistas encontram uma paisagem exuberante, animais silvestres, vista panorâmica da Serra da Mantiqueira, do Rio Paraíba do Sul e das várzeas de arroz, herança dos monges trapistas que habitaram a cidade.

**Sites da Rota:** <https://tremembe.sp.gov.br/>

**Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 27.98

### **Posto de Atendimento ao Turista**

**Centro Cultural Professora Amélia Maria Ribeiro dos Santos**

**Endereço:** Rua Albuquerque Lins, sem número. Centro, Tremembé (SP).

**Horário de funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 17h e aos sábados, das 8 às 13h.

**Telefone:** (12)3674-4391

**E-mail:** turismo@tremembe.sp.gov.br

## TREMembÉ

The Tremembé cycle tourism circuit is a closed route, which requires moderate physical effort and allows a tour around more than 20 tourist attractions in the city. Between rural and urban roads, it is possible to visit churches, restaurants, inns, farms, landscapes that reveal its exuberant nature, lookouts, plantations, and local livestock production. The route includes a visit to rural chapels, built at the beginning of the last century, in different architectural styles, and it also goes through rice canals designed and built by French Trappist Monks. The predominant landscape throughout the course is the Serra da Mantiqueira and along the way, people can appreciate eight of the ten highest points of the State of São Paulo, recognized by the IBGE. The path begins at Praça Geraldo Costa, at the Museum of History and Culture Laurindo de Paula de Tremembé, following through rural and urban areas and along the banks of the Paraíba do Sul River. **Route websites:** <https://tremembe.sp.gov.br/> - <https://rtdafe.com.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours 45 minutes **Total distance:** 27.98 km

### TRAPPIST CYCLING TOUR

Along the way, cyclists can visit places where the Trappist Monks who inhabited Tremembé at the beginning of the 20th century passed and left the rice culture and economic development as a legacy. Cyclists find an exuberant landscape, wild animals, panoramic views of the Serra da Mantiqueira, the Paraíba do Sul River and the rice meadows, a legacy of the Trappist Monks who inhabited the city. **Route websites:** <https://tremembe.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 27.98 km

**Tourist information center - Cultural Center Professor Amélia Maria Ribeiro dos Santos - Address:** Rua Albuquerque Lins, s/n, Centro, Tremembé (SP). **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. Saturdays from 8 a.m. to 1 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3674-4391 **E-mail:** turismo@tremembe.sp.gov.br

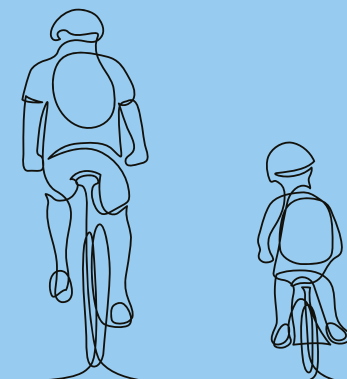
## TREMembÉ

El circuito de cicloturismo Tremembé es una ruta cerrada, que requiere un esfuerzo físico moderado y permite recorrer más de 20 atractivos turísticos de la ciudad. Entre caminos rurales y urbanos es posible visitar iglesias, restaurantes, posadas, estancias, paisajes que revelan su exuberante naturaleza, miradores, plantaciones y producción ganadera local. La ruta incluye la visita a ermitas rurales, construidas a principios del siglo pasado, en diferentes estilos arquitectónicos, también pasa por canales de arroz diseñados y construidos por monjes trapenses franceses. El paisaje predominante a lo largo del recorrido es la Serra da Mantiqueira y en el recorrido se pueden apreciar ocho de los diez puntos más altos del Estado de São Paulo reconocidos por el IBGE. Su camino comienza en la Praça Geraldo Costa, en el Museo de Historia y Cultura Laurindo de Paula de Tremembé, siguiendo por zonas rurales y urbanas y por las márgenes del río Paraíba do Sul. **Página web de la ruta:** <https://tremembe.sp.gov.br/> - <https://rtdafe.com.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h45min **Km totales:** 27.98

### CIRCUITO CICLOTURÍSTICO TRAPISTA

En el camino, los ciclistas pueden visitar lugares por donde pasaron los monjes trapenses que habitaron Tremembé a principios del siglo XX y dejaron como legado la cultura del arroz y el desarrollo económico. Los ciclistas encuentran un paisaje exuberante, animales salvajes, vistas panorámicas de la Serra da Mantiqueira, el río Paraíba do Sul y los arrozales, herencia de los monjes trapenses que habitaron la ciudad. **Páginas web de la ruta:** <https://tremembe.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h30min **Km totales:** 27.98

**Centro de Atención al Turista - Centro Cultural Professora Amélia Maria Ribeiro dos Santos - Dirección:** Rua Albuquerque Lins, sem número. Centro, Tremembé (SP). Abierto de lunes a viernes, de 8am 5pm y los sábados de 8am a 1pm **Teléfono:** (+55 12) 3674-4391 **Correo electrónico:** turismo@tremembe.sp.gov.br







# HISTÓRIA & AVENTURAS

## HISTORY & ADVENTURES / HISTÓRIA & AVENTURAS

Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## SOROCABA

A cidade possui 110,8 km de ciclovia que cortam a cidade, com predominância na zona norte. Do total, 118 km são de ciclovias segregadas e 9 km de faixas exclusivas, compartilhadas com ônibus, na Avenida General Carneiro, nas Ruas Hermelino Matarazzo e Comendador Oeterer. As ciclovias são de pavimento rígido e também são consideradas espaços de lazer e de atividades físicas. **Sites das rotas:** <https://turismo.sorocaba.sp.gov.br/?fbclid=IwAR1mWmLycmuZJO7BQVN7d6fWJyesuoHQwmL2PochusZAzLVcUiYjR6saskc>

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Ana Monteiro de Carvalho, 50 - Jd. Santa Rosália **Horário de funcionamento:** Segunda à sexta, das 8 às 17h **Telefone:** (15)3233-2043 **E-mail:** [turismo@sorocaba.sp.gov.br](mailto:turismo@sorocaba.sp.gov.br)

### SOROCABA

The city has 110.8 km of bike paths that runs through the city, predominantly in the north zone. Of the total, 118 km are segregated bike lanes and 9 km are exclusive lanes, shared with buses, on Avenida General Carneiro, on Rua Hermelino Matarazzo and on Rua Comendador Oeterer. The bike lanes are made of rigid pavement and are also considered spaces for leisure and physical activities. **Route websites:** <https://turismo.sorocaba.sp.gov.br/?fbclid=IwAR1mWmLycmuZJO7BQVN7d6fWJyesuoHQwmL2PochusZAzLVcUiYjR6saskc>

### Tourist information center

**Address:** Rua Ana Monteiro de Carvalho, 50 - Jd. Santa Rosalia **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 15) 3233-2043 **E-mail:** [turismo@sorocaba.sp.gov.br](mailto:turismo@sorocaba.sp.gov.br)

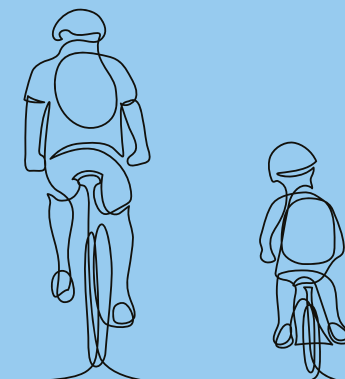
### SOROCABA

La ciudad cuenta con 110,8 km de ciclovías que recorren la ciudad, predominantemente en la zona norte. En total, 118 km son carriles bici segregados y 9 km son carriles exclusivos, compartidos con autobuses, en la Avenida General Carneiro, en la Rua Hermelino Matarazzo y en la Rua Comendador Oeterer. Los carriles para bicicletas y pavimento rígido también se consideran espacios para el ocio y la actividad física. **Página web:** <https://turismo.sorocaba.sp.gov.br/?fbclid=IwAR1mWmLycmuZJO7BQVN7d6fWJyesuoHQwmL2PochusZAzLVcUiYjR6saskc>

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Ana Monteiro de Carvalho, 50 - Jardim Santa Rosália. Abierto de lunes a viernes, de 8 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 15) 3233-2043

**Correo electrónico:** [turismo@sorocaba.sp.gov.br](mailto:turismo@sorocaba.sp.gov.br)



# LAGAMAR

## IGUAPE

O circuito está inserido numa região de extrema importância, o Vale do Ribeira, que abriga remanescentes da Mata Atlântica e seus ecossistemas, como dunas, restingas e manguezais, fauna diversa protegida por meio de Unidade de Conservação de diversas categorias. A bicicleta é parte do cotidiano do Lagamar, companheira nos momentos de trabalho e lazer. Existem grupos de ciclistas espalhados em cada município integrante do circuito.

**Sites das rotas:** Guia Cicloturismo Lagamar [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br)

Foto: Alf Ribeiro - Expressão Studio





## Iguape à Pariquera - Açu

O trajeto, considerado pedalada leve, corresponde a 20% de asfalto e 80% estrada de terra, que se inicia na rotatória da entrada urbana de Iguape, atravessando o Mar Pequeno pela Avenida Carvalho Pinto, seguindo pela Rua Joaquim Ribeiro Neto que dá acesso à estrada do Jaíre. A partir desse ponto o trajeto se torna muito mais agradável e rústico, com paisagens rurais das fazendas de búfalos, o Rio Ribeira de Iguape, aves, entre outros animais. Com o término da estrada do Jaíre, o acesso até o município de Pariquera-Açu é feito pela rodovia Ivo Zanella (SP-222) por cerca de 8 km. **Site da Rota:** [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 2h45 **Total de km:** 45

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Avenida Princesa Isabel, 708, Centro Histórico, Iguape **Horário de Funcionamento:** Segunda a sábado, das 9 às 17h30 e aos domingos, das 9 às 13h15 **Telefone:** (13) 3841-1016 **E-mail:** [turismo@iguape.sp.gov.br](mailto:turismo@iguape.sp.gov.br)

## IGUAPE

The circuit is located in an extremely important region, the Vale do Ribeira, which shelters remnants of the Atlantic Forest and its ecosystems, such as dunes, sandbanks and mangroves, and a diverse fauna protected by a Conservation Unit of different categories. Bicycles are part of Lagamar's daily life, a "partner" in times of work and leisure. There are groups of cyclists in each municipality that is part of the circuit. **Cycle Tourism Guide:** [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br)

### ROUTE IGUAPE TO PARIQUERA-AÇU

The route, considered a light cycling, corresponds to 20% asphalt and 80% dirt road, which starts at the roundabout at the urban entrance of Iguape, crossing the Mar Pequeno by Carvalho Pinto Avenue, following Rua Joaquim Ribeiro Neto, that gives access to the Jaíre Road. From this point on, the path becomes much more pleasant and rustic, with rural landscapes of buffalo farms, the Ribeira de Iguape River, birds, among other animals. With the end of the Jaíre Road, the access to the municipality of Pariquera-Açu is via the Ivo Zanella Highway (SP-222) for about 8 km. **Route website:** [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 2 hours 45 minutes **Total distance:** 45 km

**Tourist information center - Address:** Avenida Princesa Isabel, 708, Centro Histórico, Iguape **Opening hours:** Monday to Saturday, from 9 a.m. to 5:30 p.m. Sundays from 9 a.m. to 1:15 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3841-1016 **E-mail:** [turismo@iguape.sp.gov.br](mailto:turismo@iguape.sp.gov.br)

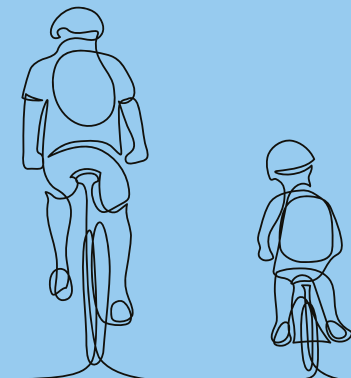
## IGUAPE

El circuito se inserta en una región de extrema importancia, el Valle de Ribeira, que alberga remanentes de la Mata Atlántica y sus ecosistemas, como dunas, restingas y manglares, fauna diversa protegida a través de una Unidad de Conservación de diversas categorías. La bicicleta forma parte del día a día de Lagamar, acompañante en los momentos de trabajo y ocio. Hay grupos de ciclistas repartidos en cada municipio que forma parte del circuito. **Página web:** Guía Cicloturismo Lagamar [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br)

### IGUAPE À PARIQUERA-AÇU

El recorrido, considerado ciclo ligero, corresponde a 20% asfalto y 80% camino de tierra, que comienza en la rotonda de la entrada urbana de Iguape, cruzando el Mar Pequeno por la Avenida Carvalho Pinto, siguiendo la Rua Joaquim Ribeiro Neto que da acceso a la Jaíre la carretera. A partir de este punto, el camino se vuelve mucho más agradable y rústico, con paisajes rurales de criaderos de búfalos, el río Ribeira de Iguape, aves, entre otros animales. Con el final de la carretera Jaíre, el acceso al municipio de Pariquera-Açu es por la carretera Ivo Zanella (SP-222) por cerca de 8 km. **Página web de la ruta:** [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h45min **Km totales:** 45

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Princesa Isabel, 708, Centro Histórico, Iguape. Abierto de lunes a sábado, de 9am hasta 5h30pm y los domingos de 9am a 1h15pm **Teléfono:** (+55 13) 3841-1016 **Correo electrónico:** [turismo@iguape.sp.gov.br](mailto:turismo@iguape.sp.gov.br)





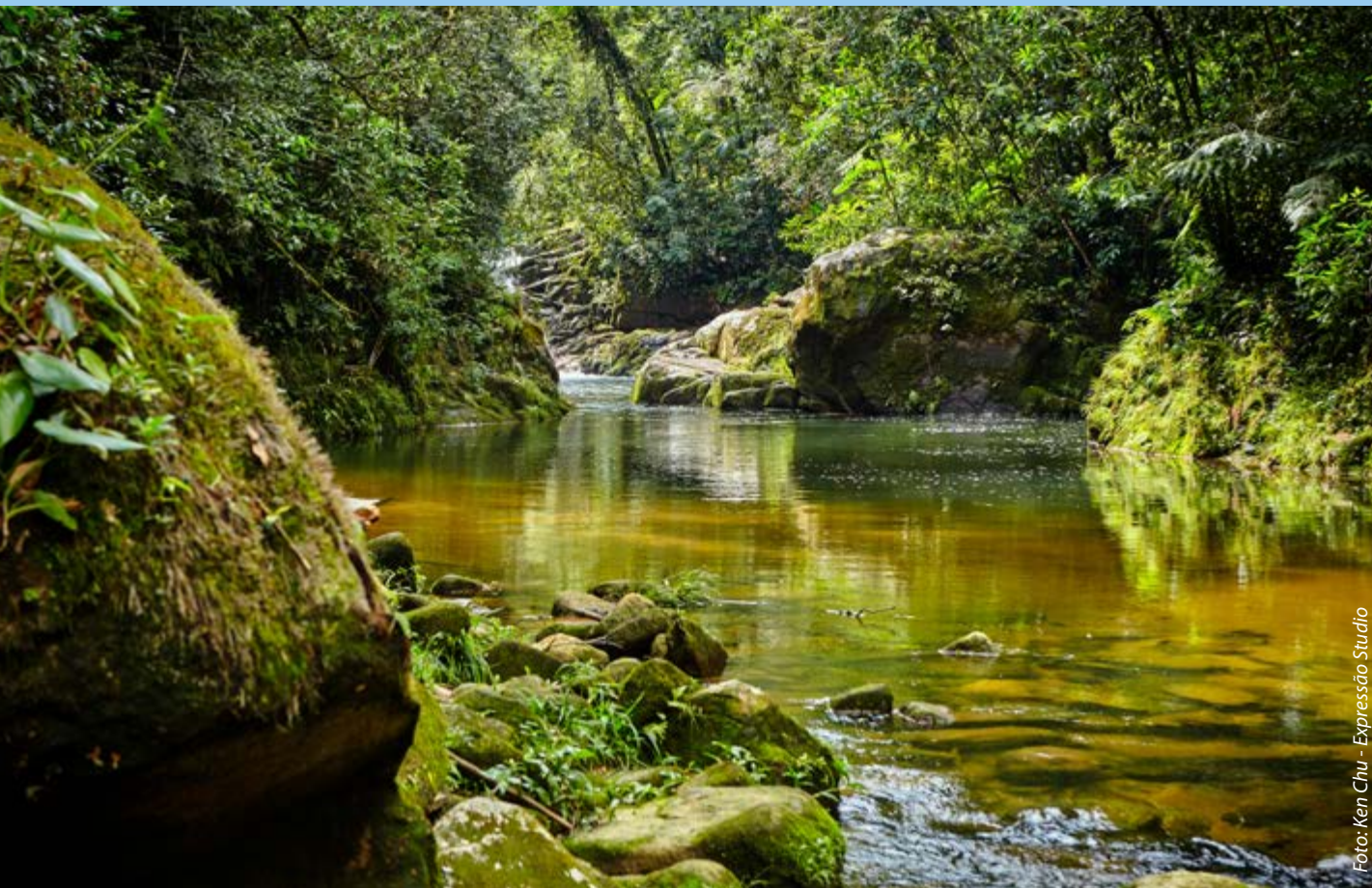


Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## CANANÉIA

O cicloturismo em Cananéia, como na região do Vale do Ribeira, está crescendo a cada ano. Conta com muitos caminhos interessantes que, partindo da cidade, leva a belos lugares, com paisagens exuberantes. Também é possível explorar a parte continental da cidade e seus encantos, como cachoeiras, comunidades tradicionais e outros atrativos turísticos importantes.

**Sites das rotas:** <http://www.visitelagamar.com.br/>  
<https://cananeia.sp.gov.br/turismo>

### **CANANÉIA**

*Cycling tourism in Cananéia, like in the Vale do Ribeira region, is growing every year. It has many interesting paths that, starting from the city, take people to beautiful places, with exuberant landscapes. It is also possible to explore the mainland part of the city and its charms, such as waterfalls, traditional communities, and other important tourist attractions.*

**Route websites:**

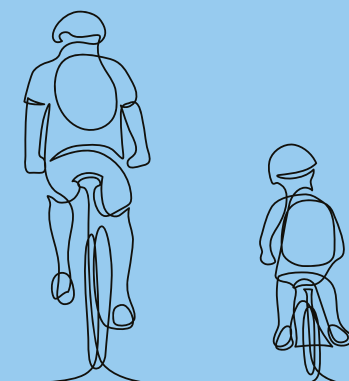
<http://www.visitelagamar.com.br/>  
<https://cananeia.sp.gov.br/turismo>

### **CANANÉIA**

*El cicloturismo en Cananéia, como en la región del Vale do Ribeira, crece cada año. Tiene muchos caminos interesantes que, partiendo de la ciudad, conducen a lugares hermosos, con paisajes exuberantes. También es posible explorar la parte continental de la ciudad y sus encantos, como cascadas, comunidades tradicionales y otras atracciones turísticas importantes.*

**Páginas web:**

<http://www.visitelagamar.com.br/>  
<https://cananeia.sp.gov.br/turismo>







## ILHA COMPRIDA

Foi desenvolvido um roteiro de cicloturismo e caminhadas, incluindo um levantamento de estradas, trilhas, praias, pousadas, campings, restaurantes, centros culturais, artesanato e a prática de outros esportes de ação na região.

**Sites das rotas:** [www.visiteilhacomprida.com.br](http://www.visiteilhacomprida.com.br)

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Av. Candapuí Sul, 55, Balneário Redentor, Ilha Comprida **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h **Telefone:** (13) 3842-2186

**E-mail:** turismo@ilhacomprida.sp.gov.br

### ILHA COMPRIDA

A cycling and hiking itinerary was developed, including roads, trails, beaches, inns, campsites, restaurants, cultural centers, handicrafts and the practice of other sports in the region. **Route websites:** [www.visiteilhacomprida.com.br](http://www.visiteilhacomprida.com.br)

**Tourist information center - Address:** Av. Candapuí Sul, 55, Balneário Redentor, Ilha Comprida **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 13) 3842-2186 **E-mail:** tourism@ilhacomprida.sp.gov.br



### ILHA COMPRIDA

Se elaboró un itinerario de ciclismo y caminatas, que incluyó un relevamiento de caminos, senderos, playas, posadas, campings, restaurantes, centros culturales, artesanías y la práctica de otros deportes de acción en la región. **Páginas web:** [www.visiteilhacomprida.com.br](http://www.visiteilhacomprida.com.br)

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Av. Candapuí Sul, 55, Balneário Redentor, Ilha Comprida. Abierto de 8 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 13) 3842-2186 **Correo electrónico:** turismo@ilhacomprida.sp.gov.br





# LITORAL NORTE DE SÃO PAULO

*NORTH COAST OF SÃO PAULO / LITORAL NORTE DE SÃO PAULO*

## SÃO SEBASTIÃO

Andar de bicicleta é uma prática muito expressiva em São Sebastião. Existem duas pequenas ciclovias na Praia Deserta e no Bairro São Francisco. No verão, acontece o tradicional Passeio Ciclístico Noturno, que já chegou a reunir 3 mil ciclistas num descontraído programa durante a madrugada. Os mais arrojados e os triatletas profissionais escolhem as “curvas da Estrada de Santos” para a prática do ciclismo. As subidas e descidas já ajudaram muitos atletas e campeões dos circuitos nacionais e participantes do Ironman. As pessoas param com a correria da vida para andar no ritmo das montanhas e da praia.

Foto: Alf Ribeiro - Expressão Studio



## ROTAS

### Ciclovía Boracéia a Barra do Una

A ciclovía interliga os bairros Boracéia, Juréia, Engenho e Barra do Una.

**Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 5

### Ciclovía Maresias

Ciclovía de deslocamento dentro do bairro de Maresias.

**Tempo médio para completar a rota:** 25 minutos **Total de km:** 0,630

### Centro - Topolândia

Ciclovía de deslocamento entre vários bairros da cidade.

**Tempo médio para completar a rota:** 15 minutos **Total de km:** 0,470

### Centro (Rua da Praia) - São Francisco

É uma ciclovía utilizada para deslocamento entre bairros, com boa parte do percurso passando pela orla da cidade.

**Tempo médio para completar a rota:** 1h20 **Total de Km:** 8,8km

#### Posto de Atendimento ao Turista I

**Endereço:** Av. Dr. Altino Arantes, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 8 às 18h. Sábado, domingo e feriado, das 14 às 18h **Telefone:** (12) 3892-2206 **E-mail:** turimo.setur@sao-sebastiao.sp.gov.br

#### Posto de Atendimento ao Turista II

**Endereço:** Rua Minas Gerais, 221 – Centro, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Segunda a domingo, das 8 às 17h **Telefone:** (12) 3892-4340 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

#### Posto de Atendimento ao Turista III

**Endereço:** Rodovia Vereador Antônio Borges, 1905, Praia Grande, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Segunda a domingo, das 8 às 17h **Telefone:** (12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

#### Posto de Atendimento ao Turista IV

**Endereço:** Praça Internacional do Surf – Maresias, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Quarta a domingo, das 09 às 18h **Telefone:** (12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

#### Posto de Atendimento ao Turista V

**Endereço:** Av. Benedito Izidoro de Moraes, 550, Juquehy, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Quarta a domingo, das 09 às 18h. **Telefone:** (12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

#### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Estrada de Camburi com Olímpio Faustino, São Sebastião, SP **Horário de Funcionamento:** Quarta a domingo, das 09 às 18h **Telefone:** (12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br



## SÃO SEBASTIÃO

Cycling is a very expressive practice in São Sebastião. There are two small bike paths in Praia Deserta and in Bairro São Francisco. In summer, the traditional Night Cycling Tour takes place, which has gathered 3,000 cyclists in a relaxed program during the night. The most daring and professional triathletes choose the "Curves of Estrada de Santos" for cycling. The ascents and descents have already helped many athletes and champions of the national circuits and Ironman participants. People stop the rush of life to walk to the rhythm of the mountains and the beach.

### ROUTES

#### BORACÉIA TO BARRA DO UNA BIKE PATH

The bike path connects the Boracéia, Juréia, Engenho and Barra do Una neighborhoods. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 5 km

#### MARESIAS BIKE PATH

Displacement bike path within the Maresias neighborhood. **Average time to complete the route:** 25 minutes **Total distance:** 0.630 km

#### ROUTE CENTER - TOPOLÂNDIA

Bike path between various neighborhoods of the city. **Average time to complete the route:** 15 minutes **Total distance:** 0.470 km

#### ROUTE DOWNTOWN (RUA DA PRAIA) - SÃO FRANCISCO

It is a bike path used to travel between neighborhoods, with much of the route passing along the coast of the city. **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 8,8 km

**Tourist information center I - Address:** Av. Dr. Altino Arantes, São Sebastião, SP **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 6 p.m. Saturday, Sunday, and holidays, from 2 p.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-2206 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Tourist information center II - Address:** Rua Minas Gerais, 221 - Centro, São Sebastião, SP **Opening hours:** Monday to Sunday, from 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-4340 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Tourist information center III - Address:** Rodovia Vereador Antônio Borges, 1905, Praia Grande, São Sebastião, SP **Opening hours:** Monday to Sunday, from 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Tourist information center IV - Address:** Praça Internacional do Surf - Maresias, São Sebastião, SP **Opening hours:** Wednesday to Sunday, from 9 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Tourist information center V - Address:** Av. Benedito Izidoro de Moraes, 550, Juquehy, São Sebastião, SP **Opening hours:** Wednesday to Sunday, from 9 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Tourist information center - Address:** Estrada de Camburi com Olímpio Faustino, São Sebastião, SP **Opening hours:** Wednesday to Sunday, from 9 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3892-2620 **E-mail:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br



## SÃO SEBASTIÃO

El ciclismo es una práctica muy expresiva en São Sebastião. Hay dos pequeños senderos para bicicletas en Praia Deserta y en Bairro São Francisco. En verano tiene lugar la tradicional Vuelta Ciclista Nocturna, que ha reunido a 3.000 ciclistas en un programa distendido durante la noche. Los triatletas más atrevidos y profesionales eligen las "Curvas de la Estrada de Santos" para el ciclismo. Las subidas y bajadas ya han ayudado a muchos deportistas y campeones de los circuitos nacionales y participantes de Ironman. La gente detiene el ajetreo de la vida para caminar al ritmo de la montaña y la playa.

### ROTAS

#### CICLOVIA BORACÉIA A BARRA DO UNA

El carril bici conecta los barrios de Boracéia, Juréia, Engenho y Barra do Una. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 5

## CICLOVIA MARESIAS

Desplazamiento de carril bici dentro del barrio de Maresias. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 25 minutos **Km totales:** 0.630

### CENTRO - TOPOLÂNDIA

Carril bici entre varios barrios de la ciudad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 15 minutos **Km totales:** 0.470

### CENTRO (RUA DA PRAIA) - SÃO FRANCISCO

Es un carril bici utilizado para viajar entre barrios, con gran parte de la ruta pasando por el borde de la ciudad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h20min **Km totales:** 8,8

**Centro de Atención al Turista I - Dirección:** Avenida Dr. Altino Arantes, São Sebastião, SP. Abierto de lunes a viernes, de 8 am a 6 pm. Sábado, domingo y festivos, de 14 a 18 h. **Teléfono:** (+55 12) 3892-2206 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

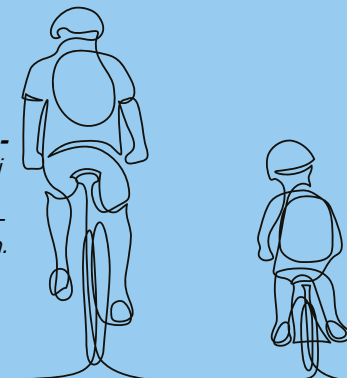
**Centro de Atención al Turista II - Dirección:** Rua Minas Gerais, 221 - Centro, São Sebastião, SP. Abierto de lunes a domingo, de 8 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 12) 3892-4340 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista III - Dirección:** Rodovia Vereador Antônio Borges, 1905, Praia Grande, São Sebastião, SP. Abierto de lunes a domingo, de 8 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 12) 3892-2620 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista IV - Dirección:** Praça Internacional do Surf - Maresias, São Sebastião, SP. Abierto de miércoles a domingo, de 9 am a 6 pm **Teléfono:** (+55 12) 3892-2620 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista V - Dirección:** Av. Benedito Izidoro de Moraes, 550, Juquehy, São Sebastião, SP. Abierto de miércoles a domingo, de 9 am a 6 pm. **Teléfono:** (+55 12) 3892-2620 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Estrada de Camburi con Olímpio Faustino, São Sebastião, SP. Abierto de miércoles a domingo, de 9 am a 6 pm. **Teléfono:** (+55 12) 3892-2620 **Correo electrónico:** turimo.setur@saosebastiao.sp.gov.br





# MANANCIAIS, AVENTURA, ARTES E NEGÓCIOS

*SPRINGS, ADVENTURE, ARTS AND BUSINESS*  
**MANANCIAIS, AVENTURA, ARTES E NEGÓCIOS**

## EMBU DAS ARTES

Embu das Artes possui o grupo Night Bikers há mais de dez anos e uma trilha para mountain bike. A rota de cicloturismo, além de inspirar o bem-estar aos ciclistas incentiva o turismo e o comércio na região onde foi implantada.

<http://cidadeembudasartes.sp.gov.br>

Foto: Sergio Luiz Jorge - Expressão Studio





## Rota das Artes de Cicloturismo

É uma trilha para praticantes de mountain bike, com alto grau de dificuldade, indicada apenas para ciclistas experientes. A trilha, intermunicipal, parte e retorna ao marco zero de Embu das Artes. Percorre ruas não-pavimentadas das cidades de Embu das Artes, Cotia, Itapequerica da Serra e conta com 1.534 m de ganho de elevação. **Tempo médio para completar a rota: 4h Total de km: 62.58**

### EMBU DAS ARTES

For over ten years Embu das Artes has the Night Bikers group and also a mountain bike trail. The cycle tourism route, in addition to inspiring the well-being of cyclists, encourages tourism and the commerce in the region where it was implemented. **Route website:** <http://cidadeembudasartes.sp.gov.br>

### CYCLE TOURISM ARTS ROUTE

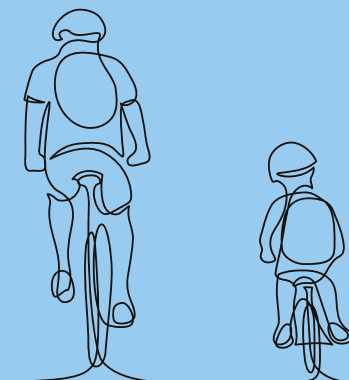
It is a trail for mountain bikers, with a high level of difficulty, indicated only for experienced cyclists. The trail, intercity, leaves and returns to ground zero of Embu das Artes. It runs through unpaved streets in the cities of Embu das Artes, Cotia, Itapequerica da Serra and has an elevation of 1,534 m. **Average time to complete the route: 4 hours Total distance: 62.58**

### EMBU DAS ARTES

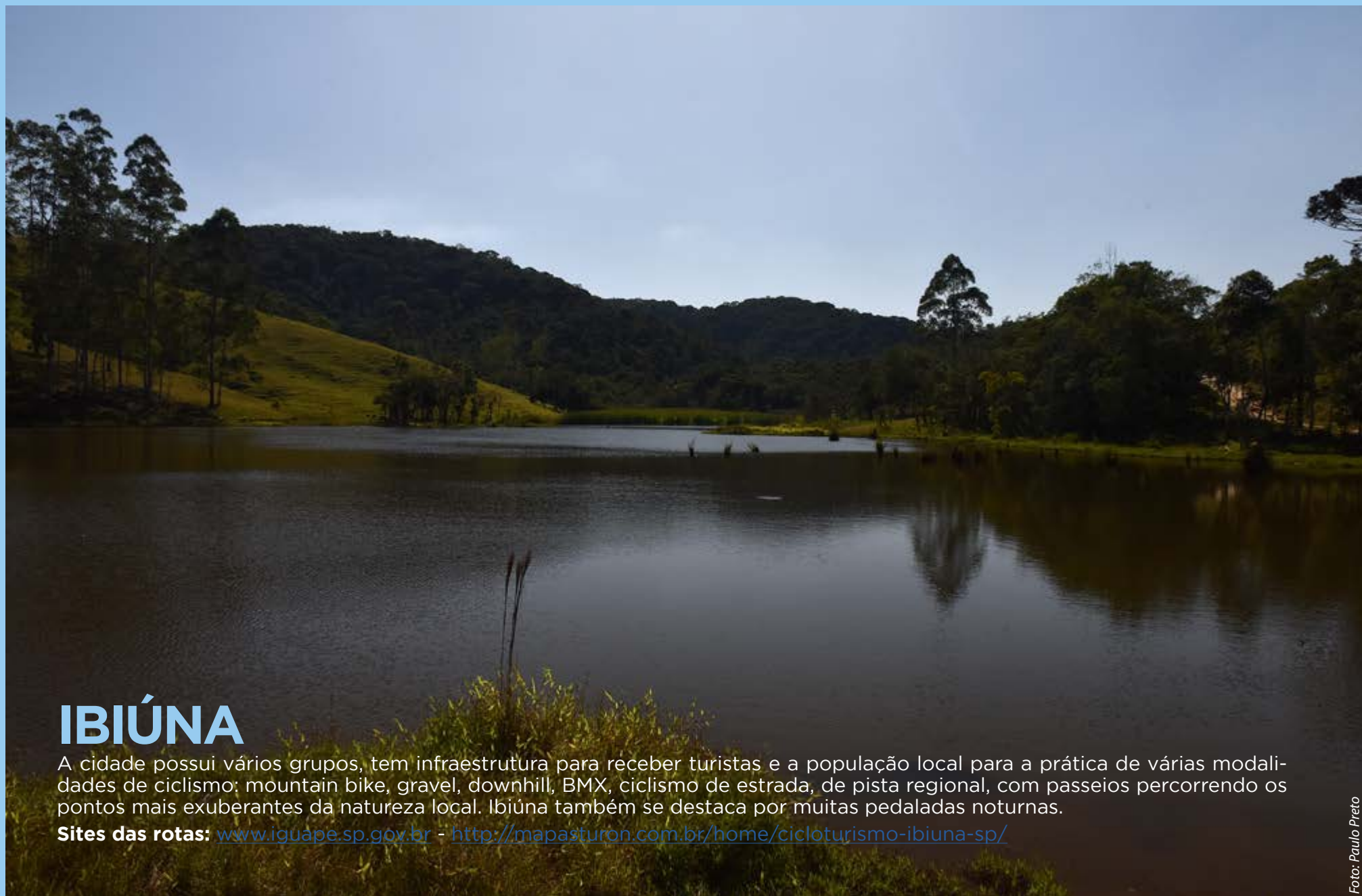
Embu das Artes es propietario del grupo Night Bikers desde hace más de diez años y tiene un sendero para bicicletas de montaña. La ruta cicloturista, además de inspirar el bienestar de los ciclistas, incentiva el turismo y el comercio en la región donde se implementa. **Página web:** <http://cidadeembudasartes.sp.gov.br>

### ROTA DAS ARTES DE CICLOTURISMO

Es un sendero para ciclistas de montaña, con un alto grado de dificultad, indicado solo para ciclistas experimentados. El sendero, interurbano, parte y vuelve a la zona cero de Embu das Artes. Transcorre por calles sin pavimentar en las ciudades de Embu das Artes, Cotia, Itapequerica da Serra y tiene un desnivel de 1.534 m. **Tiempo promedio para completar la ruta: 4 horas Km totales: 62.58**







## IBIÚNA

A cidade possui vários grupos, tem infraestrutura para receber turistas e a população local para a prática de várias modalidades de ciclismo: mountain bike, gravel, downhill, BMX, ciclismo de estrada, de pista regional, com passeios percorrendo os pontos mais exuberantes da natureza local. Ibiúna também se destaca por muitas pedaladas noturnas.

**Sites das rotas:** [www.iguape.sp.gov.br](http://www.iguape.sp.gov.br) - <http://mapasturon.com.br/home/cicloturismo-ibiuna-sp/>

Foto: Paulo Preto





## Rota Centenária

Indicada para praticantes de mountain bike, percorre o caminho da tradicional e centenária romaria de São Sebastião, realizada por devotos ao santo protetor de Ibiúna. **Sites da Rota:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-centenaria-ibiuna-sp/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h36 **Total de km:** 52.72

## Rota Itupararanga

Pedal ideal para praticantes de mountain bike e street, em direção à margem da represa Itupararanga, bem próxima do centro da cidade. Adequado para iniciantes ou para quem quer fazer um passeio mais tranquilo e apreciar as belezas da Mata Atlântica. **Sites da rota:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-itupararanga> **Tempo médio para completar a rota:** 1h09 **Total de km:** 23.35

## Rota da Figueira

Trajetória traçada para praticantes de mountain bike e street, segue até o ponto mais alto do município no centro da cidade, com vista panorâmica do Vale de Una. **Sites da rota:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-da-figueira> **Tempo médio para completar a rota:** 1h06 **Total de km:** 22.52

## Rota das Cachoeiras

Passeio ideal para praticantes de mountain bike, com várias cachoeiras pelo caminho. Um passeio refrescante e repleto de belezas naturais por conta das quedas d'água. **Sites da rota:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/cachoeira-e-descalvado> **Tempo médio para completar a rota:** 2h52 **Total de km:** 58

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Av. Antonio Falci, S/N, Ibiúna, São Paulo

**Horário de Funcionamento:** Segunda à sexta, das 8 às 17h; sábado, das 8 às 16h; domingos e feriados, das 8 às 15h

**Telefone:** (15) 3248-1140

**E-mail:** turismo@ibiuna.sp.gov.br



## IBIÚNA

The city has several groups and an infrastructure to receive tourists and the local population to practice various types of cycling: mountain biking, gravel, downhill, BMX, road cycling, regional track, with tours around the most exuberant points of nature. place. Ibiúna also stands out for many night rides. **Route websites:** <http://mapasturon.com.br/home/cicloturismo-ibiuna-sp/>

## CENTENNIAL ROUTE

Recommended for mountain bikers, it follows the path of the traditional and centenary pilgrimage of São Sebastião, carried out by devotees to the patron saint of Ibiúna. **Route websites:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Map:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-centenaria-ibiuna-sp/> **Average time to complete the route:** 2 hours 36 minutes **Total distance:** 52.72 km

## ITUPARARANGA ROUTE

Ideal route for mountain and street bikers, towards the edge of the Itupararanga dam, very close to the city center. Suitable for beginners or for those who want to take a quieter ride and enjoy the beauties of the Atlantic Forest. **Route websites:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Map:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-itupararanga> **Average time to complete the route:** 1 hour 09 minutes **Total distance:** 23.35 km

## FIG TREE ROUTE

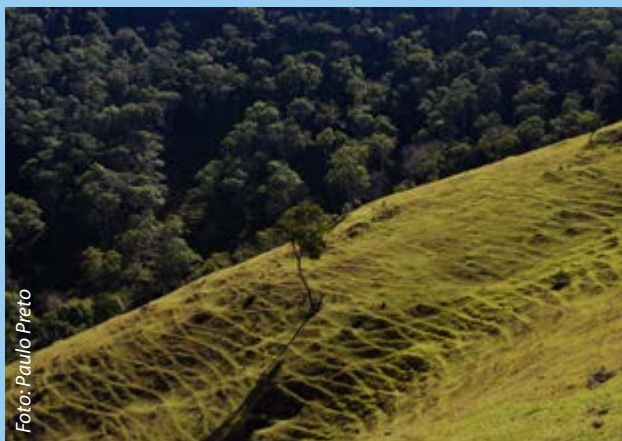
A route designed for mountain and street bikers, it goes to the highest point of the municipality in the center of the city, with a panoramic view of the Vale do Una. **Route websites:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Map:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-da-figueira> **Average time to complete the route:** 1 hour 06 minutes **Total distance:** 22.52 km

## WATERFALLS ROUTE

Ideal tour for mountain bikers, with several waterfalls along the way. A refreshing tour full of natural beauties due to the waterfalls. **Route websites:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Map:** <http://mapasturon.com.br/home/cachoeira-e-descalvado> **Average time to complete the route:** 2 hours 52 minutes **Total distance:** 58 km

## Tourist information center

**Address:** Av. Antonio Falci, S/N, Ibiuna, Sao Paulo  
**Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 5 p.m. Saturday, from 8 a.m. to 4 p.m. Sundays and holidays, from 8 a.m. to 3 p.m. **Telephone:** (+55 15) 3248-1140 **E-mail:** turismo@ibiuna.sp.gov.br



## IBIÚNA

La ciudad cuenta con varios colectivos, tiene infraestructura para recibir turistas y población local para la práctica de diversas modalidades de ciclismo: mountain bike, gravel, downhill, BMX, road bike, regional track, con recorridos recorriendo los puntos más exuberantes de la naturaleza del lugar. Ibiúna también se destaca por muchos paseos nocturnos. **Páginas web:** <http://mapasturon.com.br/home/cicloturismo-ibiuna-sp/>

## ROTA CENTENÁRIA

Recomendado para ciclistas de montaña, sigue el camino de la tradicional y centenaria romería de São Sebastião, realizada por los devotos de la patrona de Ibiúna. **Páginas web de la ruta:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/>

[sp.gov.br/ Mapa: http://mapasturon.com.br/home/rota-centenaria-ibiuna-sp/](http://mapasturon.com.br/home/rota-centenaria-ibiuna-sp/) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h36min **Km totales:** 52.72

## ROTA ITUPARARANGA

Pedales ideales para ciclistas de montaña y de calle, por el borde de la presa de Itupararanga, muy cerca del centro de la ciudad. Adecuado para principiantes o para aquellos que quieren dar un paseo más tranquilo y disfrutar de la belleza de la Mata Atlántica. **Página web de la ruta:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-itupararanga> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h09min **Km totales:** 23.35

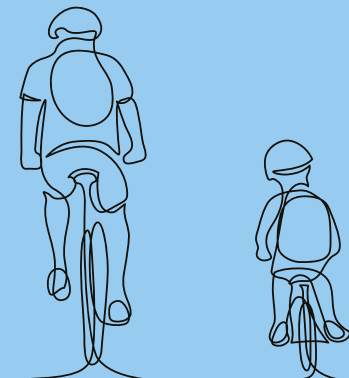
## ROTA DA FIGUEIRA

Ruta pensada para ciclistas de montaña y de calle, llega al punto más alto del municipio en el centro de la ciudad, con una vista panorámica del Valle de Una. **Páginas web de la ruta:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/rota-da-figueira> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h06min **Km totales:** 22.52

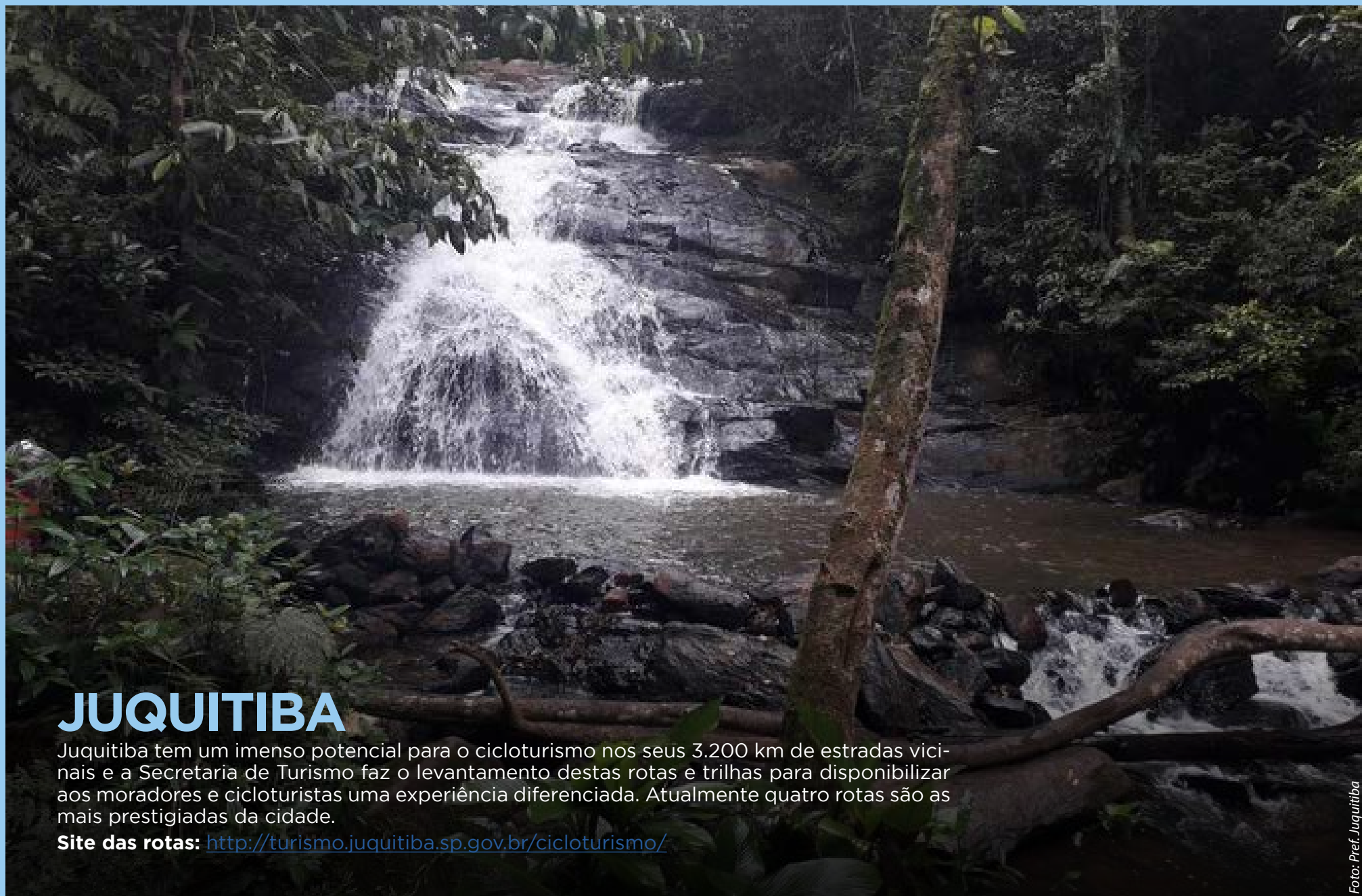
## ROTA DAS CACHOEIRAS

Recorrido ideal para ciclistas de montaña, con varias cascadas en el camino. Un recorrido refrescante lleno de bellezas naturales debido a las cascadas. **Páginas de la ruta:** <https://turismo.ibiuna.sp.gov.br/> **Mapa:** <http://mapasturon.com.br/home/cachoeira-e-descalvado> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h52min **Km totales:** 58

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Antonio Falci, S/N, Ibiúna, São Paulo. Abierto de lunes a viernes, de 8am a 5pm; sábado, de 8am a 4pm; Domingos y festivos, de 8am a 3pm. **Teléfono:** (+55 15) 3248-1140 **Correo electrónico:** turismo@ibiuna.sp.gov.br







## JUQUITIBA

Juquitiba tem um imenso potencial para o cicloturismo nos seus 3.200 km de estradas vicinais e a Secretaria de Turismo faz o levantamento destas rotas e trilhas para disponibilizar aos moradores e cicloturistas uma experiência diferenciada. Atualmente quatro rotas são as mais prestigiadas da cidade.

**Site das rotas:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/>

Foto: Pref. Juquitiba



Foto: Paulo Preto

#### ROTAS:

## Caminho dos Vikings

Passeio em meio à natureza, a rota é de fácil percurso ideal para iniciantes. Possui lindas paisagens, cachoeira, ponto de hidratação e apoio, além de passar pela única vila viking da América do Sul, a Vila Viking Brasil, museu vivo de recriação da era viking.

**Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 31

## Caminhos do Parque Jurupar

Em meio à natureza, rota de longo percurso recomendada para os mais experientes, já que é de nível avançado. É uma linda trilha entre as cidades de Juquitiba e Ibiúna, com cachoeiras, lindas paisagens, pontos para contemplação, natureza exuberante, aves e animais silvestres. **Site da rota:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tempo médio para completar a rota:** 6h **Total de km:** 110

## Rota Cachoeira do Monjolo

Rota de fácil percurso, para iniciantes. Circuito em meio à natureza que, como o nome sugere, possui uma maravilhosa cachoeira no bairro do Monjolo. **Site da rota:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 15

## Rota Cachoeira do Cafezal

Rota de fácil percurso para iniciantes, onde os ciclistas podem apreciar a paisagem e se refrescar na linda Cachoeira do Cafezal. **Site da Rota:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 27

#### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 633, Juquitiba, São Paulo **Horário de Funcionamento:** Segunda a Sábado, das 8 às 17h. Domingo, das 8 às 12h **Telefone:** (11) 4681-2756 **E-mail:** turismo@juquitiba.sp.gov.br



## JUQUITIBA

Juquitiba has immense potential for cycle tourism in its 3,200 km of side roads and the Tourism Department has catalogued these routes and trails to provide residents and cycle tourists with a different experience. Currently four routes are the most prestigious in the city. **Route website:** [www.turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/](http://www.turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/)



### VIKINGS' PATHS

A walk in the middle of nature, the route is easy to travel, ideal for beginners. It has beautiful landscapes, waterfall, hydration and supporting point, in addition to passing through the only Viking Village in South America, the "Vila Viking Brasil", a living museum recreating the viking era. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 31 km

### PATHS OF JURUPAR PARK

In the midst of nature, a long-distance route recommended for the more experienced, as it is at an advanced level. It is a beautiful trail between the cities of Juquitiba and Ibiúna, with waterfalls, beautiful landscapes, points for contemplation, exuberant nature, birds, and wild animals. **Route website:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 110 km

### MONJOLO WATERFALL ROUTE

An easy route for beginners, a circuit in the midst of nature that, as the name suggests, has a wonderful

waterfall in the Monjolo neighborhood. **Route website:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 15 km

### CAFEZAL WATERFALL ROUTE

An easy route for beginners, where cyclists can enjoy the scenery and refresh themselves in the beautiful Cafezal Waterfall. **Route website:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 27 km

**Tourist information center - Address:** Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 633, Juquitiba, São Paulo **Opening hours:** Monday to Saturday, from 8 a.m. to 5 p.m. Sunday, from 8 a.m. to 12 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4681-2756 **E-mail:** turismo@juquitiba.sp.gov.br



## JUQUITIBA

Juquitiba tiene un inmenso potencial para el cicloturismo en sus 3.200 km de caminos laterales y la Secretaría de Turismo relevará estas rutas y senderos para brindar a los residentes y cicloturistas una experiencia diferenciada. Actualmente cuatro rutas son las más prestigiosas de la ciudad. **Página web:** [turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/](http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/)

## CAMINHO DOS VIKINGS

Un paseo en plena naturaleza, la ruta es fácil de recorrer, ideal para principiantes. Posee hermosos paisajes, cascada, punto de hidratación y apoyo, además de pasar por la única aldea vikinga de Sudamérica, Vila Viking Brasil, un museo vivo que recrea la época vikinga. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 31

## CAMINHOS DO PARQUE JURUPAR

En plena naturaleza, una ruta de largo recorrido recomendada para los más experimentados, ya que se trata de un nivel avanzado. Es un hermoso sendero entre las ciudades de Juquitiba e Ibiúna, con cascadas, hermosos paisajes, puntos de contemplación, naturaleza exuberante, aves y animales silvestres. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 110

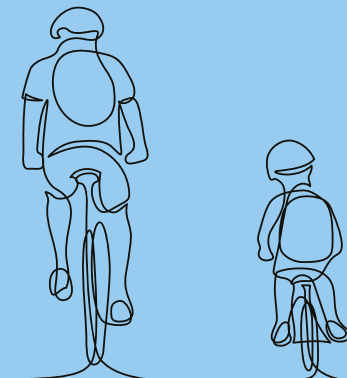
## ROTA CACHOEIRA DO MONJOLO

Ruta fácil para principiantes. Circuito en plena naturaleza que, como su nombre indica, cuenta con una maravillosa cascada en el barrio de Monjolo. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h30min **Km totales:** 15

## ROTA CACHOEIRA DO CAFEZAL

Ruta fácil para principiantes, donde los ciclistas pueden disfrutar del paisaje y refrescarse en la hermosa Cachoeira do Cafezal. **Página web de la ruta:** <http://turismo.juquitiba.sp.gov.br/cicloturismo/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h50min **Km totales:** 27

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida Juscelino Kubitschek de Oliveira, 633, Juquitiba, São Paulo **Horas de oficina:** Lunes a Sábado, de 8 am a 5 pm. Domingo, de 8am a 12pm. **Teléfono:** (+55 11) 4681-2756 **Correo electrónico:** turismo@juquitiba.sp.gov.br





## ITAPECERICA DA SERRA

A Secretaria de Turismo trabalha no desenvolvimento do cicloturismo na cidade. Diversas reuniões entre os praticantes de ciclismo com a administração são realizadas constantemente, para viabilizar ações e incentivar o cicloturismo. Conhecer e mapear as trilhas já existentes e exploradas são importantes práticas em conjunto para que o público possa apreciar, por meio do pedal, os pontos turísticos de Itapequerica da Serra.

**Sites das rotas:** <https://www.itapecerica.sp.gov.br/secretarias-e-autarquias/turismo>

## Circuito dos 15 Morros

O circuito, ideal para praticantes de mountain bike, integra diversas trilhas ecológicas no município, incluindo áreas urbanas e rurais. São elas: mirante da lagoa, desafio dos andrades, vale dos templos, capelinha, cavernosa, aldeinha, esquilos, mosteiros e trechos urbanos. Inicia-se no centro da cidade, passa pelos bairros da Lagoa, Jardim Santa Isabel, Delfim Verde, Petrópolis, Chácara das Palmeiras, Itaquaciara, Aldeinha, Jardim Los Angeles, Potuverá, Jardim Convento e Parque Paraíso. Por se tratar de um desafio circular e segmentado, os ciclistas têm a possibilidade de iniciar o trajeto em diferentes pontos do circuito e em etapas, além de contar com diversas alternativas para retornar ao ponto inicial do percurso.

**Tempo médio para completar a rota:** 6h  
**Total de km:** 68

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Adolfo Pinheiro, 96, Centro, Itapequerica da Serra, SP

**Horário de Funcionamento:** 8 às 16h30

**Telefone:** (11) 4666-5966

**E-mail:** turismo@itapecerica.sp.gov.br





### ITAPECERICA DA SERRA

The Department of Tourism works to develop cycle tourism in the city. Several meetings between cycling practitioners and the administration are held constantly, to enable actions and encourage cycle tourism in the city. Visiting and mapping existing and explored trails are an important work so that people can enjoy, through cycling, the tourist attractions of Itapequerica da Serra. **Route website:** <https://www.itapecerica.sp.gov.br/secretarias-e-autarquias/turismo>

### CIRCUIT OF THE 15 HILLS

The circuit, ideal for mountain bikers, integrates several ecological trails in the municipality, including urban and rural areas. They are: Mirante da Lagoa, Desafio dos Andrades, Vale dos Templos, Capelinha, Cavernosa, Aldeinha, Esquilos, Monasteries and the urban section. It starts in the city center, passes through the neighborhoods of Lagoa, Jardim Santa Isabel, Delfim Verde, Petrópolis, Chácara das Palmeiras, Itaquaciara, Aldeinha, Jardim Los Angeles, Potuverá, Jardim Convento and Parque Paraíso. As it is a circular and segmented challenge, cyclists have the possibility to start the route at different points of the circuit and in stages, in addition to having several alternatives to return to the starting point of the route. **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 68 km

### Tourist information center

**Address:** Rua Adolfo Pinheiro, 96, Centro, Itapequerica da Serra, SP **Opening hours:** From 8 a.m. to 4:30 p.m. **Telephone:** (+55 11) 4666-5966 **E-mail:** turismo@itapecerica.sp.gov.br

### ITAPECERICA DA SERRA

La Secretaría (Concejalía) de Turismo trabaja para desarrollar el cicloturismo en la ciudad. Constantemente se realizan varios encuentros entre ciclistas y la administración, para viabilizar acciones y fomentar el cicloturismo en la ciudad. Conocer y mapear los senderos existentes y explorados son prácticas importantes en conjunto para que el público pueda disfrutar, a través del pedaleo, de los atractivos turísticos de Itapequerica da Serra.

**Página web:** <https://www.itapecerica.sp.gov.br/secretarias-e-autarquias/turismo>

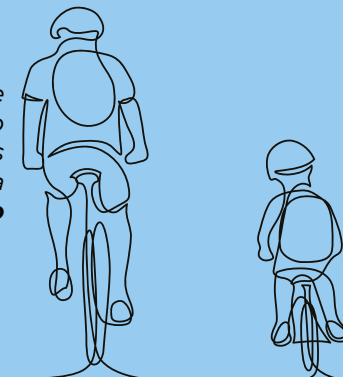
### CIRCUITO DOS 15 MORROS

El circuito, ideal para ciclistas de montaña, integra varios senderos ecológicos del municipio, incluyendo zonas urbanas y rurales. Ellos son: Mirante da Lagoa, Desafio dos Andrades, Vale dos Templos, Capelinha, Cavernosa, Aldeinha, Esquilos, Monasterios y el tramo urbano. Comienza en el centro de la ciudad, pasa por los barrios de Lagoa, Jardim Santa Isabel, Delfim Verde, Petrópolis, Chácara das Palmeiras, Itaquaciara, Aldeinha, Jardim Los Angeles, Potuverá, Jardim Convento y Parque Paraíso. Al tratarse de un reto circular y segmentado, los ciclistas tienen la posibilidad de iniciar la ruta en diferentes puntos del circuito y por etapas, además de contar con varias alternativas para volver al punto de inicio de la ruta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 68

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Adolfo Pinheiro, 96, Centro, Itapequerica da Serra, SP. Abierto de 8 am a 4h30 pm **Teléfono:** (+55 11) 4666-5966

**Correo electrónico:** turismo@itapecerica.sp.gov.br





# MANTIQUEIRA PAULISTA



## CAMPOS DO JORDÃO

Seja para prática esportiva ou por lazer, Campos é um destino cada vez mais procurado por ciclistas. O clima agradável e o relevo variado da serra fazem muita gente apreciar as belas paisagens no pedal, com muitos locais para sentir-se próximo da natureza e ainda fotografar imagens de rara beleza. O esforço exigido nas muitas subidas entre os morros de Campos é recompensado por paisagens magníficas, que valem a pena e recarregam as energias. **Sites das rotas:** <https://www.bikevillemtb.com.br/> | <https://caminhodafe.com.br/> | <https://www.facebook.com/associacaoodeciclismocamposdojordao/>

## Pico do Diamante

Rota mista de asfalto e estrada de terra, rústica, que exige preparo físico médio, com subidas e descidas, chegando num mirante, localizado a 1.800m de altitude, com vista panorâmica do Vale do Paraíba. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 18

## Rota do Pico do Itapeva

A trilha segue por pista de asfalto e estrada de terra, com mirante e uma vista incrível para todo o Vale do Paraíba, com apoio de alimentação e água no percurso. **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 35

## Rota do Pico do Imbiri

Outra rota mista de asfalto e terra, com nível técnico difícil. O percurso conta com local de apoio com alimentação e água. Para percorrer essa rota é recomendado o acompanhamento de guias especializados na região. O ponto alto dessa trilha é o mirante, a 1.850m de altura. A vista é deslumbrante e compensa todo o esforço. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 15

### Posto de Atendimento ao Turista I

**Endereço:** Portal Receptivo

**Horário de Funcionamento:** Todos os dias da semana, das 7h30 às 17h

**Telefone:** (12) 3664-3525 **E-mail:** portalreceptivo@gmail.com

### Posto de Atendimento ao Turista II

**Centro de Informações Turísticas**

**Horário de Funcionamento:** das 8h às 17h

**Telefone:** (12) 3663-1235 **E-mail:** turismo@camposdojordao.sp.gov.br



## CAMPOS DO JORDÃO

Whether for sports or leisure, Campos do Jordão is a destination increasingly sought after by cyclists. The pleasant climate and the varied relief of the mountain make many people appreciate the beautiful landscapes during cycling, with many places to feel close to nature and still photograph a rare beauty. The effort required in the many ascents between the hills of "Campos" is rewarded by the magnificent landscapes, which are worth it and recharge people's energies. **Route websites:** <https://www.bikevillemtb.com.br/> | <https://caminhodafe.com.br/> | <https://www.facebook.com/associacaodeciclismocamposdojordao/>

### DIAMOND PEAK

A mixed route of asphalt and dirt road, rustic, which requires some physical preparation, with ascents and descents, arriving at a lookout, located at 1,800m altitude, with a panoramic view of the Paraíba Valley. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 18 km

### PICO DO ITAPEVA ROUTE

The trail follows an asphalt track and a dirt road, with a lookout point and an incredible view of the entire Paraíba Valley, with food and water support along the way. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 35 km

### PICO DO IMBIRI ROUTE

Another mixed asphalt and dirt route, with a difficult technical level. The route has a supporting point with food and water. To travel this route, it is recommended to be accompanied by guides specialized in the region. The high point of this trail is the lookout, at 1,850m high. The view is breathtaking and it worth the effort. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 15 km

**Tourist information center I - Address:** Portal Receptivo **Opening hours:** Every day of the week, from 7:30 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3664-3525 **E-mail:** portalreceptivo@gmail.com

**Tourist information center II - Centro de Informações Turísticas - Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3663-1235 **E-mail:** turismo@camposdojordao.sp.gov.br

## CAMPOS DO JORDÃO

Ya sea por deporte o por ocio, Campos es un destino cada vez más buscado por los ciclistas. El clima agradable y el relieve variado de la montaña hacen que muchas personas aprecien los hermosos paisajes sobre el pedal, con muchos lugares para sentirse cerca de la naturaleza y aún fotografiar imágenes de rara belleza. El esfuerzo que suponen las numerosas ascensiones entre los cerros de Campos se ve recompensado con magníficos paisajes, que merecen la pena y recargan energías. **Página s web:** <https://www.bikevillemtb.com.br/> | <https://caminhodafe.com.br/> | <https://www.facebook.com/associacaodeciclismocamposdojordao/>

### PICO DO DIAMANTE

Ruta mixta de asfalto y camino de terracería, rústica, que requiere preparación física media, con subidas y bajadas, llegando a un mirador, ubicado a 1.800m de altitud, con vista panorámica del Valle de Paraíba. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 18

### ROTA DO PICO DO ITAPEVA

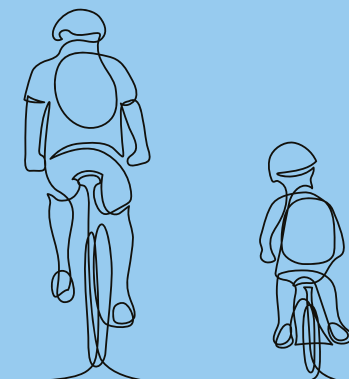
El sendero sigue una pista asfaltada y un camino de tierra, con un mirador y una vista increíble de todo el Valle de Paraíba, con apoyo de comida y agua en el camino. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h30min **Km totales:** 35

### ROTA DO PICO DO IMBIRI

Otro recorrido mixto de asfalto y tierra, con un nivel técnico complicado. La ruta dispone de un lugar de apoyo con comida y agua. Para recorrer esta ruta, se recomienda acompañar a guías especializados en la región. El punto alto de este sendero es el mirador, a 1.850 m de altura. La vista es impresionante y vale la pena el esfuerzo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 15

**Centro de Atención al Turista I - Dirección:** Portal Receptivo **Horas de oficina:** Todos los días de la semana, de 7:30am a 5pm **Teléfono:** (12) 3664-3525 **Correo electrónico:** portalreceptivo@gmail.com

**Centro de Atención al Turista II - Dirección:** Centro de información turística **Horas de oficina:** de 8 am a 5 pm **Teléfono:** (12) 3663-1235 **Correo electrónico:** turismo@camposdojordao.sp.gov.br



# SÃO BENTO DO SAPUCAÍ

Foto: Aniello de Vita - Expressão Studio

Repleto de cachoeiras, belas paisagens e surpreendentes formações rochosas, São Bento do Sapucaí tem lugares incríveis para turistas que buscam contato com a natureza e atividades ao ar livre. **Sites das rotas:** [https://saobentotur.com.br/\\_experiencias/](https://saobentotur.com.br/_experiencias/) | [www.saobentotur.com.br](http://www.saobentotur.com.br)

## Rota Volta do Serrano

Tem início e fim no centro do Bairro do Serrano. A pedalada inicia na ciclovia, segue por estradas de terra e trilhas estreitas dentro do bairro. As subidas fortes e técnicas são recompensadas com um mergulho na linda Cachoeira do Tobogã. **Site da Rota:** <https://www.saobentodosapucaí.sp.gov.br/site/wpcontent/uploads/2016/07/guia-pratico-sbs.pdf> **Tempo médio para completar a rota:** 1h30

**Total de km:** 15.6

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Avenida José Galdino Barbosa, S/N **Horário de Funcionamento:** Segunda a Sexta 8h às 12h das 13h às 17h e sábado e domingo 8h às 14h **Telefone:** (12) 3971-2453 **E-mail:** [portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br](mailto:portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br)





Foto: Aníello de Vita - Expressão Studio

### **SAO BENTO DO SAPUCAÍ**

Full of waterfalls, beautiful landscapes and surprising rock formations, São Bento do Sapucaí has incredible places for tourists who seek contact with nature and outdoor activities. **Route websites:** <https://saobentotur.com.br/experiencias/> | [www.saobentotur.com.br](http://www.saobentotur.com.br)

### **VOLTA DO SERRANO ROUTE**

It begins and ends in the center of Bairro do Serrano. The ride starts on the bike path, follows dirt roads and narrow trails within the neighborhood. The strong and technical climbs are rewarded by a dip in the beautiful Tobogã Waterfall. **Route website:** <https://www.saobentodosapucaí.sp.gov.br/site/wpcontent/uploads/2016/07/guia-pratico-sbs.pdf> **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 15.6 km

**Tourist information center - Address:** Avenida José Galdino Barbosa, S/N **Opening hours:** Monday to Friday, from 8 a.m. to 12 p.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. Saturday and Sunday, from 8 a.m. to 2 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3971-2453 **E-mail:** [portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br](mailto:portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br)

### **SÃO BENTO DO SAPUCAÍ**

Lleno de cascadas, hermosos paisajes y sorprendentes formaciones rocosas, São Bento do Sapucaí tiene lugares increíbles para los turistas que buscan contacto con la naturaleza y actividades al aire libre. **Páginas web:** <https://saobentotur.com.br/experiencias/> | [www.saobentotur.com.br](http://www.saobentotur.com.br)

### **ROTA VOLTA DO SERRANO**

Comienza y termina en el centro del Bairro do Serrano. El paseo comienza en la ciclovía, sigue caminos de tierra y senderos angostos dentro del vecindario. Las subidas fuertes y técnicas son recompensadas con un chapuzón en la hermosa Cascada Tobogã. **Página web de la ruta:** <https://www.saobentodosapucaí.sp.gov.br/site/wpcontent/uploads/2016/07/guia-pratico-sbs.pdf> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h30min **Km totales:** 15.6

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida José Galdino Barbosa, S/N. Abierto de lunes a viernes, de 8 am a 12 pm y de 1 pm a 5 pm, Sábado y Domingo 8 am a 2 pm **Teléfono:** (+55 12) 3971-2453 **Correo electrónico:** [portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br](mailto:portal@saobentodosapucaí.sp.gov.br)

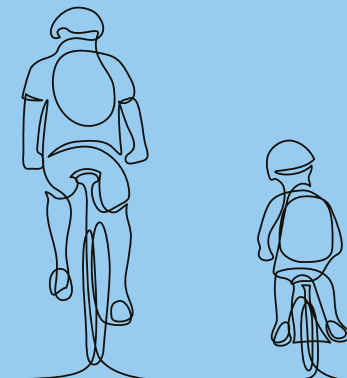






Foto: Aniello de Vita - Expressão Studio

## SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Atualmente, São José tem cerca de 65 km de pistas exclusivas para ciclistas. Elas ficam, principalmente, em avenidas nas zonas sul e leste da cidade, mas ainda faltam trechos para interligar as regiões. A prefeitura criou um plano de mobilidade urbana, que realiza oficinas junto à população para definirem melhorias.

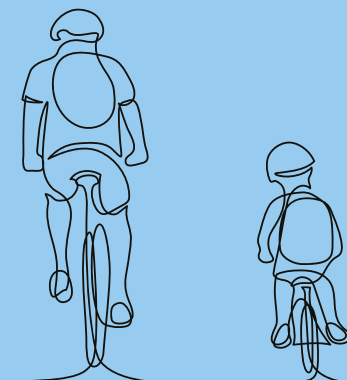
[www.comtur.sjc.br](http://www.comtur.sjc.br) | [www.sjc.sp.gov.br](http://www.sjc.sp.gov.br)

### SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Currently, São José has about 65 km of lanes exclusively for cyclists. They are mainly located on avenues in the south and east of the city, but there are still sections to interconnect the regions. The city hall created an urban mobility plan, which holds workshops with the population to define improvements. **Route websites:** [www.comtur.sjc.br](http://www.comtur.sjc.br) | [www.sjc.sp.gov.br](http://www.sjc.sp.gov.br)

### SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Atualmente, São José tem cerca de 65 km de pistas exclusivas para ciclistas. Elas ficam, principalmente, em avenidas nas zonas sul e leste da cidade, mas ainda faltam trechos para interligar as regiões. A prefeitura criou um plano de mobilidade urbana, que realiza oficinas junto à população para definirem melhorias. Atualmente, São José tem cerca de 65 km de pistas exclusivas para ciclistas. Elas ficam, principalmente, em avenidas nas zonas sul e leste da cidade, mas ainda faltam trechos para interligar as regiões. A prefeitura criou um plano de mobilidade urbana, que realiza oficinas junto à população para definirem melhorias. **Páginas web:** [www.comtur.sjc.br](http://www.comtur.sjc.br) | [www.sjc.sp.gov.br](http://www.sjc.sp.gov.br)





# MARAVILHAS DO RIO GRANDE

## FERNANDÓPOLIS

A cidade possui várias rotas para os praticantes de mountain bike e speed, contando com uma grande rede de apoio entre pontos gastronômicos e hotelaria, além de uma estância de águas termais e cachoeiras. **Sites das rotas:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo>

Foto: Ken Shu - Expressão Studio



## Rota do Coqueiro

Rota com pequeno grau de dificuldade, indicada para iniciantes e intermediários. Conta com trilhas para treinamento de ciclistas profissionais e competições de mountain bike. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h20 **Total de km:** 25

## Rota Coqueiro - Meridiano

Rota de mountain bike, indicada para ciclismo intermediário e avançado por conta da sua altimetria, baixo fluxo de pessoas e veículos para apoio. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 2h20 **Total de km:** 34

## Rota Meridiano

Percurso para praticantes de mountain bike, considerado leve e indicado para iniciantes, com baixa altimetria. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 20



Foto: Ken Shu - Expressão Studio

## Rota da Cotia

Indicada para ciclistas intermediários e profissionais, em função de sua alta altimetria, curvas e depressões no trajeto, traçado para praticantes de mountain bike. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 14

## Rota Cachorrinho - Meridiano

Percurso leve indicado para iniciantes na prática de mountain bike, passando por propriedades particulares, com baixo fluxo de veículos. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 21

## Rota Caxi

Esse percurso é destinado para ciclistas intermediários e profissionais, em função da sua alta altimetria e dificuldades no percurso traçado para os praticantes de mountain bike, como cascalho e curvas acentuadas. **Site da Rota:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 20

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Porto Alegre, 350, Jd. Santa Rita, Fernandópolis, SP, 15610-024 **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h (horário de Brasília) **Telefone:** (17) 3465-0150 **E-mail:** turismo@fernandopolis.sp.gov.br

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Praça Joaquim Antonio Pereira, Fernandópolis, SP **Horário de Funcionamento:** 8 às 17 h **Telefone:** (17) 3442-3797 **E-mail:** turismo10@xn--fernandopolis-6hb.sp.gov.br



## FERNANDÓPOLIS

The city has several routes for practitioners of mountain and speed bike, with a large support network between gastronomic points and hotels, as well as a spa and waterfalls. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo>

### COCONUT TREE ROUTE

A route with a small degree of difficulty, suitable for beginners and intermediates. It has trails for training professional cyclists and for mountain bike competitions. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 25 km

### COCONUT TREE ROUTE - MERIDIANO

Mountain bike route, suitable for intermediate and advanced cycling due to its altimetry, it has almost no low flow of people, but vehicles for supporting. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 34 km

### MERIDIANO ROUTE

Route for mountain bikers, considered light and suitable for beginners, with low altimetry. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 20 km

### COTIA ROUTE

Indicated for intermediate and professional cyclists due to its high altimetry, curves, and depressions along the way, designed for mountain bikers. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 14 km

### ROUTE CACHORRINHO - MERIDIANO

A light route suitable for beginners in mountain biking, passing through private properties, with a low flow of vehicles. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 21 km

### CAXI ROUTE

This route is intended for intermediate and profes-

sional cyclists, due to its high altimetry and difficulties in the route designed for mountain bikers, such as gravel and sharp curves. **Route website:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 20 km

### Tourist information center I

**Address:** Rua Porto Alegre, 350, Jd. Santa Rita, Fernandópolis, SP, 15610-024

**Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 17) 3465-0150

**E-mail:** turismo@fernandopolis.sp.gov.br

### Tourist information center

**Address:** Joaquim Antonio Pereira Square, Fernandópolis, SP

**Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 17) 3442-3797

**E-mail:** turismo10@xn--fernandopolis-6hb.sp.gov.br

## FERNANDÓPOLIS

La ciudad dispone de varias rutas para los practicantes de la bicicleta de montaña y la velocidad, con una gran red de apoyo entre puntos gastronómicos y hoteles, además de balneario y cascadas. **Página web:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo>

### ROTA DO COQUEIRO

Ruta con un grado de dificultad pequeño, apta para principiantes e intermedios. Cuenta con senderos para la formación de ciclistas profesionales y competiciones de mountain bike. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h20min **Km totales:** 25

### ROTA COQUEIRO - MERIDIANO

Ruta en bicicleta de montaña, apta para ciclistas de nivel intermedio y avanzado por su altimetría, bajo flujo de personas y vehículos de apoyo. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2h20min **Km totales:** 34

### ROTA MERIDIANO

Ruta para ciclistas de montaña, considerada li-

gera y apta para principiantes, con baja altimetría. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 20

### ROTA DA COTIA

Indicado para ciclistas intermedios y profesionales, por su alta altimetría, curvas y depresiones en el camino, diseñado para ciclistas de montaña. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 14

### ROTA CACHORRINHO - MERIDIANO

Ruta ligera apta para iniciarse en la bicicleta de montaña, pasando por fincas privadas, con poco flujo de vehículos. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 21

### ROTA CAXI

Esta ruta está destinada a ciclistas intermedios y profesionales, debido a su alta altimetría y dificultades en el recorrido diseñado para ciclistas de montaña, como gravel y curvas pronunciadas. **Página web de la ruta:** <https://www.turismofernandopolis.com.br/atrativo/cicloturismo> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 20

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Porto Alegre, 350, Jardim Santa Rita, Fernandópolis, SP, 15610-024. Abierto de 8 am a 5 pm

**Teléfono:** (+55 17) 3465-0150

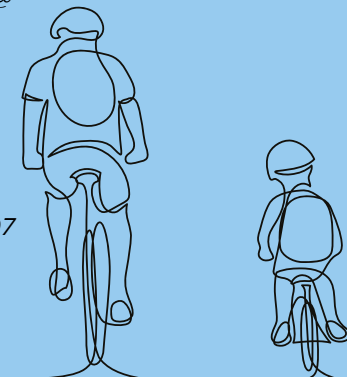
**Correo electrónico:** turismo@fernandopolis.sp.gov.br

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Praça Joaquim Antonio Pereira, Fernandópolis, SP. Abierto de 8 am a 5 pm

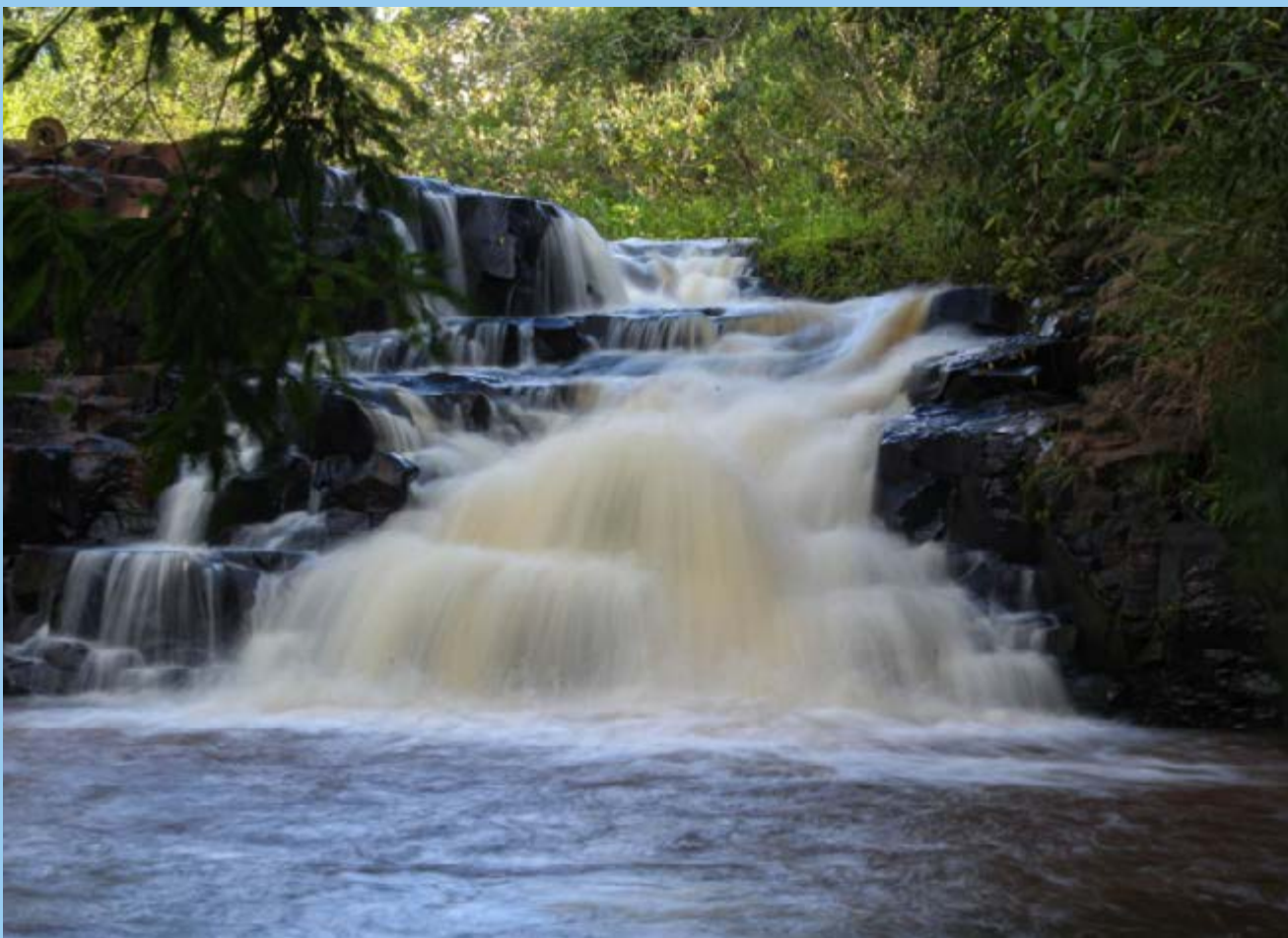
**Teléfono:** (+55 17) 3442-3797

**Correo electrónico:** turismo10@xn-fernandopolis-6hb.sp.gov.br



# INDIAPORÃ

Indiaporã é margeada em grande parte do Rio Grande e seus atrativos turísticos são muito potencializados pelo ecoturismo e pelos esportes náuticos. As margens do reservatório possuem remanescentes de mata nativa que protegem e preservam os recursos naturais existentes, possibilitando que o cicloturismo seja bem prestigiado em toda a região. As rotas são leves e contam com pontos de apoio, como restaurante e o Balneário Municipal. **Sites das rotas:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> - <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566>



## Rota Indiaporã - Praia do Rio Grande e Cachoeira

Rota indicada para o cicloturismo, para competições e alguns passeios programados. O caminho inclui clube com piscinas, praia do Rio Grande, cachoeira, corredeiras e muitas belezas naturais. **Sites da rota:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> **Mapa:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566> **Tempo médio para completar a rota:** 1h40 **Total de km:** 25

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Domingos Simões Marques, 1345 - Centro ,  
Indiaporã, SP, CEP 15690-000

**Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefones:** (17) 3842-1232 / 9970-16724 / 99634-2328

### E-mails:

[contato@turismoindiapora.com.br](mailto:contato@turismoindiapora.com.br)  
[turismo@indiapora.sp.gov.br](mailto:turismo@indiapora.sp.gov.br)



## INDIAPORÃ

Indiaporã is bordered of the river Rio Grande, and its tourist attractions are greatly enhanced by ecotourism and nautical sports. The banks of the reservoir have remnants of native forest that protect and preserve existing natural resources, enabling cycle tourism to be well-regarded throughout the region. The routes are light and have supporting points, such as a restaurant and the Balneário Municipal. **Route website:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> - <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566>

### INDIAPORÃ ROUTE - RIO GRANDE BEACH AND WATERFALL

A route indicated for cycle tourism, for competitions, and for some scheduled tours. The path includes a club with swimming pools, the Rio Grande beach, waterfall, rapids and many natural beauties. **Route websites:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> **Map:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566> **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 25 km

**Tourist information center - Address:** Rua Domingos Simões Marques, 1345 - Centro, Indiaporã, SP, CEP 15690-000 **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephones:** (+55 17) 3842-1232 / 9970-16724 / 99634-2328 **E-mails:** [contato@turismoindiapora.com.br](mailto:contato@turismoindiapora.com.br) - [turismo@indiapora.sp.gov.br](mailto:turismo@indiapora.sp.gov.br)

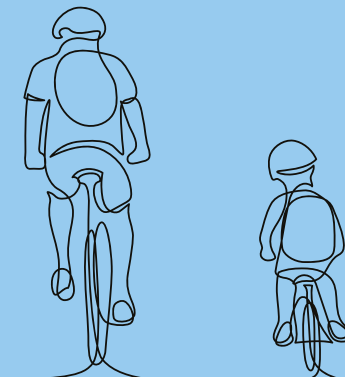
## INDIAPORÃ

Indiaporã limita con gran parte del Río Grande y sus atracciones turísticas se ven muy realzadas por el ecoturismo y los deportes acuáticos. Las márgenes del embalse cuentan con remanentes de bosque nativo que protegen y preservan los recursos naturales existentes, permitiendo que el cicloturismo sea bien considerado en toda la región. Las rutas son ligeras y cuentan con puntos de apoyo, como un restaurante y el Balneario Municipal. **Páginas web:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> - <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566>

### ROTA INDIAPORÃ - PRAIA DO RIO GRANDE E CACHOEIRA

Ruta indicada para cicloturismo, para competiciones y algunas rutas programadas. El camino incluye un club con piscinas, playa Río Grande, cascada, rápidos y muchas bellezas naturales. **Páginas web de la ruta:** <https://www.turismoindiapora.com.br/> **Mapa:** <https://pt.wikiloc.com/trilhas-carro/rota-indiapora-praia-do-rio-grande-e-cachoeira-85039566> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1h40 **Km totales:** 25

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Domingos Simões Marques, 1345 - Centro, Indiaporã, SP, CEP 15690-000. Abierto de las 8 am a 5 pm **Telefonos:** (+55 17) 3842-1232 / 9970-16724 / 99634-2328 **Correos electrónicos:** [contato@turismoindiapora.com.br](mailto:contato@turismoindiapora.com.br) - [turismo@indiapora.sp.gov.br](mailto:turismo@indiapora.sp.gov.br)





## PAULO DE FARIA

O turismo e meio ambiente municipal andam de mãos dadas em Paulo de Faria e o cicloturismo está cada vez mais presente na região, com a integração entre as cidades, combinando eventos de pedal em datas diferentes para que os ciclistas participem e prestigiem todos os eventos.

**Sites das rotas:** <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/video/confira-a-rot-do-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo/8> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/galeria/confira-o-que-rolou-no-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo-/26> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/>

## Rota Bike Tour

Essa rota foi definida pelos ciclistas, em conjunto com a assessoria de turismo da cidade. O Bike Tour foi o primeiro evento realizado pela prefeitura, para incentivar a prática de exercícios físicos, conscientizar sobre o meio ambiente saudável e promover o turismo local. A rota foi definida para que turistas ao longo do percurso também se encantem com o que a cidade tem a oferecer.

**Site da Rota:** <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/>

**Tempo médio para completar a rota:**  
3h30

**Total de km:** 38

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Zenha Ribeiro, 1190, Centro, Paulo de Faria, SP

**Horário de Funcionamento:** Das 7h30 às 11h30 e das 13 às 17h

**Telefone:** (17) 99604-9199

**E-mail:** turismo@paulodefaria.sp.gov.br



Foto: André Rosa





Foto: André Rosa

## PAULO DE FARIA

Turismo y ambiente municipal van de la mano en Paulo de Faria y el cicloturismo está cada vez más presente en la región, con la integración entre ciudades, combinando eventos de pedaleo en diferentes fechas para que los ciclistas participen y prestigien todos los eventos. **Páginas web:** <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/video/confira-a-rota-do-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo/8> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/galeria/confira-o-que-rolou-no-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo-/26> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/>

## ROTA BIKE TOUR

Esta ruta fue definida por los ciclistas, junto con la oficina de turismo de la ciudad. El Bike Tour fue el primer evento realizado por el ayuntamiento, para fomentar la práctica de ejercicios físicos, concienciar sobre el medio ambiente sano y promover el turismo local. La ruta se definió para que los turistas a lo largo de la ruta también puedan quedar encantados con lo que la ciudad tiene para ofrecer. **Página web de la ruta:** <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:30 horas **Km totales:** 38

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Zenha Ribeiro, 1190, Centro, Paulo de Faria, SP **Abierto:** De 7:30 a 11:30 y de 13:00 a 17:00 **Teléfono:** (+55 17) 99604-9199 **Correo electrónico:** turismo@paulodefaria.sp.gov.br

## PAULO DE FARIA

The tourism and the environment go hand in hand in Paulo de Faria Municipality, and the cycle tourism is increasingly present in the region, with the integration between cities, combining cycling events on different dates for cyclists to participate. **Route websites:**

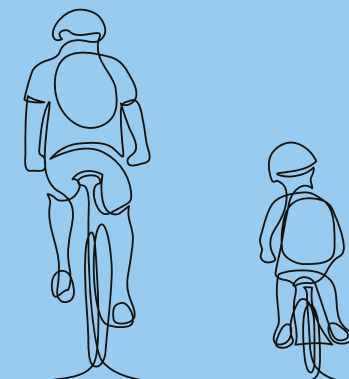
<https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/video/confira-a-rota-do-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo/8> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/galeria/confira-o-que-rolou-no-1-passeio-cicloturistico-e-esportivo-/26> - <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/>

## ROUTE BIKE TOUR

This route was defined by the cyclists, together with the City's Tourism Office. The "Bike Tour" was the first event held by the city hall, to encourage the practice of physical exercises, raise awareness about the healthy environment and promote local tourism. The route was defined so that tourists along the route can also be enchanted by what the city has to offer.

**Route website:** <https://www.cultur.paulodefaria.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 38 km

**Tourist information center - Address:** Rua Zenha Ribeiro, 1190, Centro, Paulo de Faria, SP - **Opening hours:** From 7:30 a.m. to 11:30 a.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 17) 99604-9199 **E-mail:** turismo@paulodefaria.sp.gov.br



# NASCENTES DO TIETÊ



## GUARAREMA

Guararema possui inúmeros trechos e trilhas excelentes para a prática de tracking, mountain bike e cicloturismo. Pela qualidade de suas trilhas a cidade já recebeu inúmeros eventos importantes como: Copa Desafio Rural de MTB, Corrida Ladeiras, Haka Race, Adventure Cam entre outros. Com lindas paisagens, ar puro do interior e boa infraestrutura, Guararema tem se destacado na região e atrai inúmeros praticantes do cicloturismo. A cidade tem um projeto de mobilidade urbana utilizando o domínio da Linha Férrea, a antiga Estrada de Ferro Central do Brasil, que liga a Estação Ferroviária do Centro até a Estação da charmosa Vila de Luís Carlos. Mais uma oportunidade de promover o turismo oferecendo um percurso com segurança, conforto de pontos de hidratação e de apoio aos ciclistas e as belas áreas verdes com suas paisagens incríveis pelo caminho.

**Sites das rotas:** <https://www.amigosdarotadaluz.org/rotadaluz-dicas-bike> | <http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://www.amigosdarotadaluz.org/http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://photos.app.goo.gl/kfQyRV2rSUz3DL2e8> | [www.guararema.sp.gov.br](http://www.guararema.sp.gov.br) | <https://www.amigosdarotadaluz.org/>





Foto: Priscila

## Rota Azul - Morro do Gerbásio a Estação Ferroviária de Guararema

O percurso, ideal para um passeio urbano de bicicleta, é todo traçado em vias asfaltadas e em sua maioria em declive. Não há ponto de apoio ou intervenções necessárias. **Tempo médio para completar a rota:** 5 minutos **Total de km:** 1.6

## Rota Vermelha - Estação Ferroviária de Guararema até Luís Carlos

O percurso completo é misto, envolvendo trechos urbanos e rurais, em vias asfaltadas, terra e cascalho. Demanda maior esforço no trecho em que há um grande aclave. A subida fica entre os quilômetros 1 e 3,5. **Tempo médio para completar a rota:** 40 minutos **Total de km:** 9.7





Foto: Priscila

## Rota Verde - Luís Carlos até Parque Municipal da Pedra Montada

O percurso misto, que parte da charmosa vila de Luís Carlos, segue por vias asfaltadas, terra e cascalho. Na maioria dos trechos, as subidas exigem um pouco mais de esforço dos ciclistas. **Tempo médio para completar a rota: 59 minutos Total de km: 10.30**

## Rota Amarela - Parque Municipal da Pedra Montada até Estação Ferroviária de Guararema

Percorrido em grande parte por vias asfaltadas, terra e cascalho, pela cidade e na zona rural, sua maior parte é em declive. A trilha é bem marcada por muitas descidas. **Tempo médio para completar a rota: 45 minutos Total de km: 7.10**





Foto: Ken Shu - Expressão Studio

## Lajeado

O cicloturismo nessa trilha envolve estradas que passam pela zona rural, seguindo por Calipeiros, na região da Estrada Romeu Tanganelli e chega à Pedra do Lajeado, no Bairro da Lagoa Nova. **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 35

## Cachoeira do Putin

Trilha pela zona rural, que, após a rotatória para o caminho que leva à Pedra Montada, segue após um portão à direita, até chegar na Estrada Donizete Leite, com destino à Cachoeira do Putin. A cachoeira é um verdadeiro prêmio para os cicloturistas. Além de refrescar, o visual encanta muito os visitantes. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 25

## Trilha da Casamata

Mais uma trilha que segue por estradas vicinais da área rural de Guararema. Tem início no caminho da Cachoeira do Putin. Após o portão, à esquerda, sobe a trilha segue por uma subida até a Casamata, desce para o bairro Santa Tereza, à direita, ou pela esquerda, para a Fazenda Barra Bonita. **Tempo médio para completar a rota:** 2h20 **Total de km:** 30

## Rota Pinheirinho

A trilha é mista, em pistas dentro da cidade e na área rural. Segue pelo Morro do Zecão até a vila de Luís Carlos, depois na direção Sabaúna, subindo o Morro do Pinheirinho. O retorno é feito pela estrada da Lagoa Nova. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 40

## Rota Estrada para Luís Carlos

A trilha também passa pelo Morro do Zecão e segue até o bairro de Luiz Carlos. O retorno acompanha a linha férrea de Guararema. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 20

## Ciclorrota Gasoduto

Cicloturismo em pistas que compreendem as áreas rural e urbanas. Inicia na Francisco Lerário. Segue até o pesqueiro Paculândia, depois à esquerda no Gasoduto, continua o pedal até a o Bairro Itapeti e retorna pela Serra do Itapeti, por meio da estrada Ivo de Senne. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 35

## Ciclorrota Bar do Mauro

**Cicloturismo em meio rural/urbano.** A trilha mista passa pelo Orquidácea, segue por dentro da Fazenda Caiçara, continua até a Estrada dos Cobras, com destino ao Bar do Mauro. **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 35

## Ciclorrota Maracatu x Ribeirão Três Ilhas

Nessa trilha, mista, o início é na estrada Francisco Lerário e, após o Pesqueiro Paculândia segue até o Ribeirão Três Ilhas e, na volta muita descida até a cidade. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 25

## Ciclorrota Hotel Fazendão

A rota segue pelas áreas urbana e rural. Segue pela Petrobrás e na estrada de Salesópolis, acessa a trilha no caminho do Serrote à esquerda, até o Hotel Fazendão. O retorno é feito pela Estrada do Bananinha, até o bairro Dozinho Leite, voltando para Guararema. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 51

## Ciclorrota Francês

A rota mista segue pelo Campo do Itapema, em direção ao Orquidácea, entra na Estrada do Bosteiro, depois na propriedade do Francês (estrada de servidão) e em um condomínio (estrada de servidão). O retorno é feito pelo caminho do Orquidácea. **Tempo médio para completar a rota:** 2h30 **Total de km:** 30

## Fazenda Harmonia

Cicloturismo em meio rural urbano, com trilha que passa pela Orquidácea, segue à direita até a estrada do Harmonia, em direção a estrada Nilo Máximo. A rota vai até Santa Branca, voltando pelo bairro do Costão até Guararema. **Tempo médio para completar a rota:** 3h30 **Total de km:** 55

## Ciclorrota Pedra Montada

A rota começa no Parque Hotel, vai pelo Belard até Condomínio Alpes, segue pela estrada da Petrobrás até a Pedra Montada. Depois a trilha é em descida, seguindo pela Romeu Tanganelli e retorna pelo Sítio dos 15. **Tempo médio para completar a rota:** 1h **Total de km:** 15

## Ciclorrota Santa Branca

A rota parte de Guararema através do caminho montanhoso até Santa Branca. O ponto alto dessa rota é a visita à represa de Santa Branca e retorno pelo Costão, até Guararema. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 44

## Ciclorrota da Centenária

Saída de Guararema até o Bairro Santa Tereza, na via principal do bairro, segue pela terceira via à direita e sobe o morro. No seu topo, entrar à direita, até o pé de eucalipto centenário, a famosa árvore Centenária que deu nome à rota. Passando pela árvore, entrar à esquerda e seguir por 3 km, depois virar à esquerda, descendo até o bairro Barra Bonita. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 35

**Posto de Atendimento ao Turista I - CAT - Luís Carlos - Endereço:** Estrada Municipal Argemiro de Souza Melo, 1536 - Luís Carlos (Vila Histórica), Guararema, SP **Horário de Funcionamento:** Sábados, domingos e feriados, das 10 às 18h **Telefone:** (11) 4693-6033 **E-mail:** turismo@guararema.sp.gov.br

**Posto de Atendimento ao Turista II - Endereço:** Rua João Batista de Oliveira, 3181 - Freguesia da Escada, Guararema, SP **Horário de Funcionamento:** Sábados, domingos e feriados, das 10h às 18h **Telefone:** (11) 4693-6033 **E-mail:** turismo@guararema.sp.gov.br



## GUARAREMA

Guararema has numerous sections and excellent trails for tracking, mountain biking, and cycle tourism. Due to the quality of its trails, the city has already hosted numerous important events such as: Copa Desafio Rural de MTB, Corrida Ladeiras, Haka Race, Adventure Cam, among others. With beautiful landscapes, fresh air in the countryside and good infrastructure, Guararema has stood out in the region and attracts numerous practitioners of cycle tourism. The city has an urban mobility project using the Railway Line, the old Estrada de Ferro Central do Brasil (Central do Brasil Railway), which connects the Estação Ferroviária do Centro (Central Railway Station) to the station of the charming Vila de Luís Carlos. It is another opportunity to promote tourism by offering a route with safety, comfort, hydration points and support for cyclists, and also the beautiful green areas with their incredible landscapes along the way. **Route websites:** <https://www.amigosda-rotadaluz.org/rotadaluz-dicas-bike> | <http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://www.amigosdarotadaluz.org/> | <http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://photos.app.goo.gl/kfQyRV2rSU-z3DL2e8> | [www.guararema.sp.gov.br](http://www.guararema.sp.gov.br) | <https://www.amigosdarotadaluz.org/>

### BLUE ROUTE - MORRO DO GERBÁSIO TO GUARAREMA RAILWAY STATION

The route, ideal for an urban bike ride, is all laid out on paved roads and mostly downhill. There is no supporting point or interventions needed. **Average time to complete the route:** 5 minutes **Total distance:** 1.6 km

### RED ROUTE - GUARAREMA RAILWAY STATION TO LUÍS CARLOS

The entire route is mixed, involving urban and rural sections, on paved, dirt and gravel roads. It demands a greater effort in the stretch where there is a big slope. The climb is between kilometers 1 and 3.5. **Average time to complete the route:** 40 minutes **Total distance:** 9.7 km

### GREEN ROUTE - LUÍS CARLOS TO PEDRA MONTADA MUNICIPAL PARK

The mixed route, which departs from the charming village of Luís Carlos, follows paved, dirt and gravel

roads. In most sections, the climbs require a little more effort from cyclists. **Average time to complete the route:** 59 minutes **Total distance:** 10.30 km

### YELLOW ROUTE - PEDRA MONTADA MUNICIPAL PARK TO GUARAREMA RAILWAY STATION

Traveled largely by paved, dirt and gravel roads, through the city and in the countryside, most of it is on a slope. The trail is well marked with many descents. **Average time to complete the route:** 45 minutes **Total distance:** 7.10 km

### TRAIL LAJEADO

Cycling on this trail involves roads that pass through the countryside, continuing through Calipeiros, in the region of Estrada Romeu Tanganelli and arriving at Pedra do Lajeado, in the Lagoa Nova neighborhood. **Average time to complete the route:** 2:30 **Total distance:** 35

### PUTIN'S WATERFALL

A trail through the countryside, which, after the roundabout to the path that leads to Pedra Montada, goes through a gate on the right, until reaching Estrada Donizete Leite, towards the Putin's Waterfall. This waterfall is a real prize for cyclists. In addition to refreshing, the visual delights visitors a lot. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 25 km

### CASAMATA TRAIL

Another trail that follows roads in the rural area of Guararema. It starts on the way to the Putin's Waterfall. After the gate, on the left, it goes up the trail, continuing uphill to Casamata, then goes down to the Santa Tereza neighborhood on the right, or on the left to Fazenda Barra Bonita. **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 30 km

### PINHEIRINHO ROUTE

The trail is mixed, in tracks inside the city and in the rural area. It goes through Morro do Zecão to the village of Luís Carlos, then towards Sabaúna, going up Morro do Pinheirinho. The return is via the Lagoa Nova road. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 40 km

### ROUTE ROAD TO LUÍS CARLOS

The trail also passes through Morro do Zecão and continues to the neighborhood of Luís Carlos. The return follows the Guararema railway line. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 20 km

## GASODUTO CYCLE ROUTE

Cycle tourism on tracks that comprise rural and urban areas. It starts at Francisco Lerário, continues to the fishery Paculândia, then turns left on the Gasoduto, continuing the riding until Itapeti neighborhood, returning through Serra do Itapeti, on the Ivo de Senne Road. **Average time to complete the route:** 3 hours. **Total distance:** 35 km

### MAURO'S BAR CYCLE ROUTE

Cycle tourism in rural/urban areas. This mixed trail passes through Orquidácea, continues inside Fazenda Caicara, going through Estrada dos Cobras, towards Bar do Mauro. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 35 km

### MARACATU X RIBEIRÃO TRÊS ILHAS CYCLE ROUTE

On this mixed trail, the start is on the Francisco Lerário Road and, after the fishery Paculândia, it continues to Ribeirão Três Ilhas and, on the way back, there is a lot of descent until the city. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 25 km

### HOTEL FAZENDÃO CYCLE ROUTE

The route goes through urban and rural areas. It goes through the Petrobrás on the road to Salesópolis, accessing the trail on the way to Serrote on the left, until Hotel Fazendão. The return is made by Estrada do Bananinha, until the neighborhood Dozinho Leite, returning to Guararema. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 51 km

### FRENCH CYCLE ROUTE

The mixed route goes through Campo do Itapema, towards Orquidácea, enters Estrada do Bosteiro, then the French property and a private condominium. The return is via the Orquidácea's path. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 30 km

### FAZENDA HARMONIA CYCLE ROUTE

Cycle tourism in urban and rural areas, with a trail that passes through the Orquidácea, turning right to the Harmonia Road, heading towards the Nilo Máximo Road. The route goes to Santa Branca, returning through the Costão neighborhood to Guararema. **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 55 km

### **PEDRA MONTADA CYCLE ROUTE**

The route starts at Parque Hotel, goes through Belard to the Condominium Alpes, follows the Petrolas Road to Pedra Montada. Then the trail goes downhill, following Romeu Tanganelli and returning through Sítio dos 15. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 15 km

### **SANTA BRANCA CYCLE ROUTE**

The route departs from Guararema through the mountain path to Santa Branca. The highlight of this route is the visit to the Santa Branca dam and the return along the Costão, to Guararema. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 44 km

### **CENTENNIAL CYCLE ROUTE**

It departs from Guararema to Bairro Santa Tereza, on the main road of the district, taking the third road on the right and going up the hill. At its top, turning right up to the centenary eucalyptus tree, there is the famous Centennial tree that gave the route its name. Passing through the tree, turning left, and continuing for 3 km, then turning left again, until going down to the Barra Bonita neighborhood. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 35 km

### **Tourist information center I**

#### **CAT - Luís Carlos**

**Address:** Estrada Municipal Argemiro de Souza Melo, 1536 - Luís Carlos (Vila Histórica), Guararema, SP

**Opening hours:** Saturdays, Sundays, and holidays, from 10 a.m. to 6 p.m.

**Telephone:** (+55 11) 4693-6033

**E-mail:** turismo@guararema.sp.gov.br

### **Tourist information center II**

**Address:** Rua João Batista de Oliveira, 3181 - Freguesia da Escada, Guararema, SP

**Opening hours:** Saturdays, Sundays, and holidays from 10 a.m. to 6 p.m.

**Telephone:** (+55 11) 4693-6033

**E-mail:** turismo@guararema.sp.gov.br

### **GUARAREMA**

Guararema cuenta con numerosos tramos y excelentes senderos para la práctica del track, mountain bike y cicloturismo. Por la calidad de sus senderos, la ciudad ya ha sido sede de numerosos eventos importantes como: Challenge Rural MTB Cup, Corrida Ladeiras, Haka Race, Adventure Cam, entre otros. Con hermosos paisajes, aire puro en el interior y buena infraestructura, Guararema se ha destacado en la región y atrae a numerosos practicantes del cicloturismo. La ciudad tiene un proyecto de movilidad urbana utilizando la Línea Ferroviaria, el antiguo Ferrocarril Central do Brasil, que conecta la Estación Central de Ferrocarriles con la encantadora Estación Vila de Luís Carlos. Una oportunidad más para promover el turismo ofreciendo una ruta con seguridad, comodidad, puntos de hidratación y apoyo para ciclistas y las hermosas áreas verdes con sus increíbles paisajes a lo largo del camino. **Páginas web:** <https://www.amigosdarotadalu.org/rotadalu-z-dicas-bike> | <http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://www.amigosdarotadalu.org/> | <http://www.guararema.sp.gov.br/arquivo/editor/file/Mapa%20Rota%20Turistica%20Paraiba%20e%20Rota%20Turistica%2066-2.pdf> | <https://photos.app.goo.gl/kfQyRV2rSUz3DL2e8> | [www.guararema.sp.gov.br](http://www.guararema.sp.gov.br) | <https://www.amigosdarotadalu.org/>

### **ROTA AZUL - MORRO DO GERBÁSIO A ESTAÇÃO FERROVIÁRIA DE GUARAREMA**

El recorrido, ideal para un paseo en bicicleta urbana, está todo trazado por caminos asfaltados y en su mayoría cuesta abajo. No hay punto de apoyo ni intervenciones necesarias. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 minutos **Km totales:** 1.6

### **ROTA VERMELHA - ESTAÇÃO FERROVIÁRIA DE GUARAREMA ATÉ LUÍS CARLOS**

Todo el recorrido es mixto, involucrando tramos urbanos y rurales, por caminos pavimentados, de tierra y de ripio. Exige mayor esfuerzo en el tramo donde hay un gran desnivel. La subida se encuentra entre los kilómetros 1 y 3,5. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 40 minutos **Km totales:** 9.7

### **ROTA VERDE - LUÍS CARLOS ATÉ PARQUE MUNICIPAL DA PEDRA MONTADA**

La ruta mixta, que parte del encantador pueblo de Luís Carlos, sigue caminos asfaltados, de tierra y de grava. En la mayoría de los tramos, las subidas requieren un poco más de esfuerzo por parte de los ciclistas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 59 minutos **Km totales:** 10.30

### **ROTA AMARELA - PARQUE MUNICIPAL DA PEDRA MONTADA ATÉ ESTAÇÃO FERROVIÁRIA DE GUARAREMA**

Recorrido en gran parte por caminos pavimentados, de tierra y ripio, por la ciudad y por el campo, la mayor parte es en pendiente. El sendero está bien señalizado con muchas bajadas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 45 minutos **Km totales:** 7.10

### **LAJEADO**

El ciclismo en este sendero involucra caminos que pasan por el campo, continuando por Calipeiros, en la región de Estrada Romeu Tanganelli y llegando a Pedra do Lajeado, en el barrio de Lagoa Nova. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 **Km totales:** 35

### **CACHOEIRA DO PUTIN**

Sendero por el campo, que, pasada la rotonda del camino que lleva a Pedra Montada, pasa por una cancela a la derecha, hasta llegar a Estrada Donizete Leite, en dirección a la Cascada de Putin. La cascada es un verdadero premio para los ciclistas. Además de refrescar, el visual deleita mucho a los visitantes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 25

### **TRILHA DA CASAMATA**

Otro sendero que sigue caminos secundarios en la zona rural de Guararema. Comienza en el camino a la Cascada de Putin. Pasado el portón, a la izquierda, suba por la trocha, suba a Casamata, baje al barrio Santa Tereza, a la derecha, o a la izquierda, a Fazenda Barra Bonita. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:20 horas **Km totales:** 30



### ROTA PINHEIRINHO

El sendero es mixto, en pistas dentro de la ciudad y en la zona rural. Pasa por Morro do Zecão hasta el pueblo de Luís Carlos, luego hacia Sabaúna, subiendo por Morro do Pinheirinho. El regreso es por la carretera de Lagoa Nova. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 40

### ROTA ESTRADA PARA LUÍS CARLOS

El sendero también pasa por Morro do Zecão y continúa hasta el barrio de Luiz Carlos. El regreso sigue la vía férrea de Guararema. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 20

### CICLORROTA GASODUTO

Cicloturismo por caminos que comprenden zonas rurales y urbanas. Comienza en Francisco Lerário. Continúe hasta la pesquería Paculândia, luego gire a la izquierda en el Gasoduto, continúe pedaleando hasta el Bairro Itapeti y regrese por la Serra do Itapeti, por la carretera Ivo de Senne. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 35

### CICLORROTA BAR DO MAURO

Cicloturismo en zonas rurales/urbanas. El sendero mixto pasa por Orquidácea, continúa dentro de Fazenda Caiçara, continúa hasta Estrada dos Cobras, hacia Bar do Mauro. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 **Km totales:** 35

### CICLORROTA MARACATU X RIBEIRÃO TRÊS ILHAS

En este sendero mixto, el inicio está en la vía Francisco Lerário y, después de Pesqueiro Paculândia, continúa hasta Ribeirão Três Ilhas y, de regreso, mucha bajada para la ciudad. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 25

### CICLORROTA HOTEL FAZENDÃO

La ruta atraviesa zonas urbanas y rurales. Siga Petrobrás y en la vía a Salesópolis, acceda a la pista de vía a Serrote a la izquierda, hasta el Hotel Fazendão. El regreso se hace por Estrada do Bananinha, hasta el barrio Dozinho Leite, regresando a Guararema. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 51

### CICLORROTA FRANCÊS

La ruta mixta pasa por Campo do Itapema, en dirección a Orquidácea, entra en Estrada do Bos-

teiro, luego la propiedad francesa (carretera de servidumbre) y un condominio (carretera de servidumbre). El regreso es por el camino de las Orquídeas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 **Km totales:** 30

### FAZENDA HARMONIA

Cicloturismo en zona rural urbana, con sendero que pasa por la Orquidácea, desviarse a la derecha por la vía Armonia, en dirección a la vía Nilo Máximo. La ruta va hasta Santa Branca, regresando por el barrio Costão hasta Guararema. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:50 **Km totales:** 55

### CICLORROTA PEDRA MONTADA

La ruta comienza en el Parque Hotel, pasa por Belard hasta Condomínio Alpes, sigue la carretera de Petrobras hasta Pedra Montada. Luego el sendero desciende, siguiendo a Romeu Tanganelli y regresando por el Sítio dos 15. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 15

### CICLORROTA SANTA BRANCA

A rota parte de Guararema através do caminho montanhoso até Santa Branca. O ponto alto dessa rota é a visita à represa de Santa Branca e retorno pelo Costão, até Guararema. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 44



### CICLORROTA DA CENTENÁRIA

Salida de Guararema hacia Bairro Santa Tereza, en la vía principal del distrito, tomar la tercera vía a la derecha y subir el cerro. En su parte superior, gira a la derecha, hasta el eucalipto centenario, el famoso árbol centenario que dio nombre a la ruta. Pasando el árbol, doblar a la izquierda y continuar por 3 km, luego doblar a la izquierda, bajando hasta el barrio Barra Bonita. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 35

### Centro de Atención al Turista I

#### CAT - Luís Carlos

**Dirección:** Estrada Municipal Argemiro de Souza Melo, 1536 - Luís Carlos (Vila Histórica), Guararema, SP. Abierto sábados, domingos y festivos, de 10am a 6pm.

**Teléfono:** (+55 11) 4693-6033

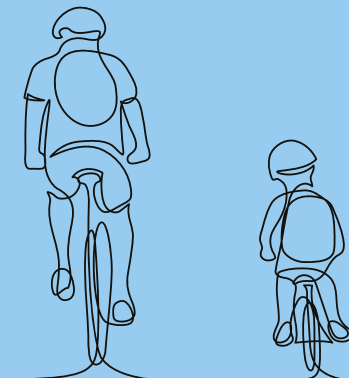
**Correo electrónico:** turismo@guararema.sp.gov.br

### Centro de Atención al Turista II

**Dirección:** Rua João Batista de Oliveira, 3181 - Freguesia da Escada, Guararema, SP. Abierto sábados, domingos y festivos de 10am a 6pm.

**Teléfono:** (+55 11) 4693-6033

**Correo electrónico:** turismo@guararema.sp.gov.br



# PANTANAL PAULISTA



## ITAPURA

O cicloturismo que já acontecia de forma natural e espontânea, passou a contar com mais atenção do setor público, traçando, em conjunto com outras cidades, planos de uma rota regional para os ciclistas em nível nacional. Está em fase de implantação e proporciona um passeio incrível, com todas as informações turísticas de cada município e que, no final do percurso, os participantes recebem um selo carimbado num passaporte, oferecido em cada cidade. **Sites das rotas:** <https://www.itapura.sp.gov.br/turismo>

Foto: André Rosa





## Rota Entre Rios

Rota indicada para os praticantes de mountain e speed, segue entre o município de Itapura até o Bairro de Entre Rios, por vias asfaltadas e estradas de terra rurais, passando pelos assentamentos Zumbi e Roseli Nunes. **Site da rota:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 38.28

## Rota Cachoeirinha - MTB

Trilha para praticantes de mountain bike, traçada entre o município de Itapura até a Cachoeirinha, no Assentamento Cachoeirinha. **Site da rota:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 42

## Rota Cachoeirinha por Entre Rios

Trajeto de Itapura até a Cachoeirinha pelo bairro Entre Rios **Site da Rota:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 3h24 **Total de km:** 50

## Rota Caminhos do Pantanal Paulista

O projeto Caminhos do Pantanal Paulista vai unir três modalidades que têm grande potencial para alavancar o turismo da região Noroeste do estado: cicloturismo, mountain bike e turismo rural. Um trabalho em parceria entre as prefeituras de Itapura, Pereira Barreto e Suzanápolis. **Site da rota:** <http://www.pantanalpaulista.com.br> **Tempo médio para completar a rota:** 23h **Total de km:** 300

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Afonso Pena, 353, Itapura, SP

**Horário de Funcionamento:** 9 às 16h

**Telefone:** (18) 99743-0776

**E-mail:** turismo@itapura.sp.gov.br

## ITAPURA

Cycling tourism, which took place naturally and spontaneously, has begun to receive more attention from the public sector, drawing up, together with other cities, plans for a regional route for cyclists at the national level. It is in the implementation phase and provides an incredible tour, with all the tourist information of each municipality and that, at the end of the route, participants receive a stamp in a passport, offered in each city. **Route website:** <https://www.itapura.sp.gov.br/turismo>

### ENTRE RIOS ROUTE

A route indicated for mountain and speed practitioners, it goes from the municipality of Itapura to the neighborhood of Entre Rios, on paved roads and rural dirt roads, passing through the Zumbi and Roseli Nunes settlements. **Route website:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 38.28 km

### CACHOEIRINHA ROUTE - MTB

Trail for mountain bikers, traced from the municipality of Itapura to Cachoeirinha, in the Cachoeirinha Settlement. **Route website:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 42 km

### ROUTE CACHOEIRINHA THROUGH ENTRE RIOS

A route from Itapura to Cachoeirinha through the Entre Rios neighborhood. **Route website:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 3 hours 24 minutes **Total distance:** 50 km

### ROUTE PATHS OF THE PANTANAL PAULISTA

The Caminhos do Pantanal Paulista project will unite three modalities that have great potential to leverage tourism in the Northwest region of the state: cycle tourism, mountain biking and rural tourism. A work in partnership between the municipalities of Itapura, Pereira Barreto and Suzanápolis. **Route website:** <http://www.pantanalpaulista.com.br> **Average time to complete the route:** 11 hours **Total distance:** 300 km

**Tourist information center - Address:** Rua Afonso Pena, 353, Itapura, SP **Opening hours:** From 9 a.m. to 4 p.m. **Telephone:** (+55 18) 99743-0776 **E-mail:** [turismo@itapura.sp.gov.br](mailto:turismo@itapura.sp.gov.br)



## ITAPURA

El cicloturismo, que ya se desarrollaba de forma natural y espontánea, comenzó a recibir más atención por parte del sector público, elaborando, junto con otras ciudades, planes de ruta regional para ciclistas a nivel nacional. Está en fase de implementación y brinda un recorrido increíble, con toda la información turística de cada municipio y que, al final de la ruta, los participantes reciben un sello estampado en un pasaporte, ofrecido en cada ciudad. **Página web:** <https://www.itapura.sp.gov.br/turismo>

### ROTA ENTRE RIOS

Ruta indicada para practicantes de montaña y velocidad, va desde el municipio de Itapura hasta el barrio de Entre Rios, por caminos asfaltados y caminos rurales de terracería, pasando por los asentamientos Zumbi y Roseli Nunes. **Página web de la ruta:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 38.28

### ROTA CACHOEIRINHA - MTB

Sendero para ciclistas de montaña, trazado entre el municipio de Itapura hasta Cachoeirinha, en el Asentamiento de Cachoeirinha.

**Página web de la ruta:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 42

### ROTA CACHOEIRINHA POR ENTRE RIOS

Ruta de Itapura a Cachoeirinha por el barrio de Entre Rios **Página web de la ruta:** <https://www.itapura.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:24 **Km totales:** 50

### ROTA CAMINHOS DO PANTANAL PAULISTA

El proyecto Caminhos del Pantanal Paulista unirá tres modalidades que tienen gran potencial para potenciar el turismo en la región Noroeste del estado: cicloturismo, bicicleta de montaña y turismo rural. Una obra en sociedad entre los municipios de Itapura, Pereira Barreto y Suzanápolis. **Página de la ruta:** <http://www.pantanalpaulista.com.br> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 23 horas **Km totales:** 300

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Afonso Pena, 353, Itapura, SP **Horas de oficina:** 9 am a 4 pm **Teléfono:** (+55 18) 99743-0776 **Correo electrónico:** [turismo@itapura.sp.gov.br](mailto:turismo@itapura.sp.gov.br)

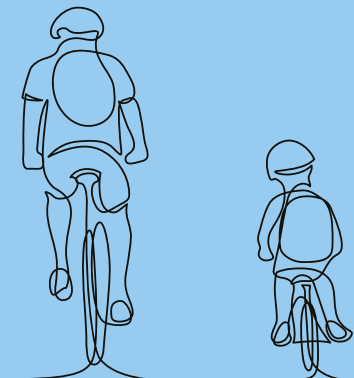






Foto: André Rosa

## ILHA SOLTEIRA

Ilha Solteira também faz parte do Projeto Caminhos do Pantanal Paulista, incentivando o cicloturismo, com aventura, belezas naturais e o contato direto com a fauna e a flora; o mountain bike que é um dos esportes mais praticados na região e o turismo rural que neste projeto tem a função de agregar valores aos turistas, oferecendo assim pontos de apoio na zona rural para os ciclistas descansarem e saborearem a culinária caseira, consolidando a região como um pólo de cicloturismo. Uma das rotas abrange trilhas em Ilha e as cidades de Suzanópolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto e Itapura, denominada “Rota dos Grandes Lagos” totalizando 189,7 km. **Sites das rotas:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/> | [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br)





## Rota dos Barrageiros

O percurso segue pela área por onde os “barrageiros” passavam com o material que utilizaram na construção da Usina Hidrelétrica Ilha Solteira, considerada a maior do Estado de São Paulo e a sexta maior do Brasil. **Site da rota:** [visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 1h20 **Total de km:** 30

## Rota da Velha Barrageira

Essa rota, indicada para os praticantes de mountain bike, tem como ponto de partida a “Praça das Araras”, na entrada da cidade. No trajeto, os ciclistas passam pelo Assentamento Estrela da Ilha, Recanto das Águas, Cinturão Verde, praias, estrada que fica às margens do fluxo de água da usina. **Site da Rota:** [visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 1h20 **Total de km:** 27

## Rota Seringal

A rota, indicada para os praticantes de mountain bike e ciclismo rural, começa pela rotatória do Recinto de Exposições “Felício Yunes”, depois segue pela primeira subida, o retão do Canavial margeando a rodovia e percorre uma descida. Na terceira subida, chega ao Seringal e segue até a placa da Fazenda Eldorado. Em seguida, mais subida até a Porteira Azul, apreciando um ambiente natural e exuberante que faz parte do extremo Noroeste paulista. Depois segue em subida do Lagoão até a Porteira da Fazenda Lagoinha, parte mais inclinada do seringal, seguindo o canavial e volta em subida, na direção da rotatória do Recinto de Exposições. **Site da rota:** [visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 2h20 **Total de km:** 46

## Rota das Cinco Ilhas

Pedalar em meio às paisagens das margens do Rio Paraná, no porto de areia Cinco Ilhas é o início dessa rota indicada para amantes de mountain bike. Segue pela cachoeira da cidade, pelos assentamentos Santa Maria da Lagoa, Fazendas Santa Isabel e Lagoinha, com parada para apreciar a vista da linda lagoa, seguindo pelo bairro Ipê, no sentido a capela do assentamento Estrela da Ilha. **Site da rota:** [visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 67

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Alameda Goiás, 116, Ilha Solteira, SP **Horário de Funcionamento:** 7h30 às 12h e das 13h30 às 17h **Telefone:** (+55 18) 3743-6089 **E-mail:** turismo@ilhasolteira.sp.gov.br

**Posto de Atendimento ao Turista II - Endereço:** Avenida Brasil Norte, 1740, Ilha Solteira, SP **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (+55 18) 3743-1756 **E-mail:** turismo@ilhasolteira.sp.gov.br





## ILHA SOLTEIRA

Ilha Solteira is also part of the Caminhos do Pantanal Paulista Project, encouraging cycle tourism, with adventure, natural beauty and direct contact with the fauna and flora; mountain biking, which is one of the most practiced sports in the region; and rural tourism, which in this project has the function of adding value to tourists, thus offering supporting points in the countryside for cyclists to rest and taste homemade cuisine, consolidating the region as a cycle tourism hub. One of the routes covers trails in Ilha Solteira and the cities of Suzanápolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto and Itapura, called "Rota dos Grandes Lagos", totaling 189.7 km of extension. **Route website:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/> | [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br)

### ROUTE OF THE BARRAGEIROS

The route continues through the area where the "dam workers" used to pass with the material they used in the construction of the Ilha Solteira Hydroelectric Power Plant, considered the largest in the State of São Paulo and the sixth largest in Brazil. **Route website:** [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 30 km

### ROUTE OF THE VELHA BARRAGEIRA

This route, recommended for mountain bikers, starts at "Praça das Araras" (Parrot Square), at the entrance to the city. On the way, cyclists pass by the Estrela da Ilha Settlement, Recanto das Águas, Cinturão Verde, beaches, and a road that is on the banks of the water flow of the plant. **Route website:** [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 1 hour 20 minutes **Total distance:** 27 km

### SERINGAL ROUTE

The route, suitable for mountain bikers and rural cycling, starts at the roundabout at the "Felício Yunes" Exhibition Grounds, goes up

the first ascent, then follows the "straight road" of the Canavial bordering the highway and goes downhill. On the third climb, people arrive at Seringal and continue to the sign for Fazenda Eldorado. Then, further up to Porteira Azul, enjoying a natural and exuberant environment that is part of the extreme Northwest of São Paulo. Finally, it goes uphill from Lagoão to Porteira da Fazenda Lagoinha, the steepest part of the rubber plantation, following the sugarcane field and back uphill, towards the roundabout at the Exhibition Hall. **Route website:** [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 46 km

### FIVE ISLANDS ROUTE

Cycling amidst the landscapes on the banks of the Paraná River, in the sandy harbor of Cinco Ilhas, is the beginning of this route recommended for mountain bike lovers. It follows the city waterfall, through the Santa Maria da Lagoa, Santa Isabel and Lagoinha farms, stopping to enjoy the view of the beautiful lagoon, following through the Ipê neighborhood, towards the chapel of the Estrela da Ilha settlement. **Route website:** [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 67 km

**Tourist information center - Address:** Alameda Goiás, 116, Ilha Solteira, SP **Opening hours:** From 7:30 a.m. to 12 p.m. and from 1:30 p.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 18) 3743-6089 **E-mail:** [turismo@ilhasolteira.sp.gov.br](mailto:turismo@ilhasolteira.sp.gov.br)

**Tourist information center II - Address:** Avenida Brasil Norte, 1740, Ilha Solteira, SP **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 18) 3743-1756 **E-mail:** [turismo@ilhasolteira.sp.gov.br](mailto:turismo@ilhasolteira.sp.gov.br)



## ILHA SOLTEIRA

Ilha Solteira también forma parte del Proyecto Caminos del Pantanal Paulista, incentivando el cicloturismo, con aventura, belleza natural y contacto directo con la fauna y la flora; la bicicleta de montaña, que es uno de los deportes más practicados en la región, y el turismo rural, que en este proyecto tiene la función de poner en valor al turista, ofreciendo así puntos de apoyo en el campo para que los ciclistas descansen y degusten la cocina casera, consolidando la región como polo de cicloturismo. Una de las rutas recorre senderos en Ilha y las ciudades de Suzanápolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto e Itapura, denominada “Rota dos Grandes Lagos”, con un total de 189,7 km. **Página web:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/> | [www.visiteilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visiteilhasolteira.sp.gov.br)

## ROTA DOS BARRAGEIROS

La ruta continúa por el área por donde pasaban los “trabajadores de la represa” con el material que utilizaron en la construcción de la Usina Hidroeléctrica Ilha Solteira, considerada la mayor del Estado de São Paulo y la sexta más grande de Brasil. **Página web de la ruta:** [www.visitilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visitilhasolteira.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:20 horas **Km totales:** 30

## ROTA DA VELHA BARRAGEIRA

Esta ruta, recomendada para ciclistas de montaña, comienza en la “Praça das Araras”, a la entrada de la ciudad. En el camino, los ciclistas pasan por el Asentamiento Estrela da Ilha, Recanto das Águas, Cinturão Verde, playas, un camino que está a orillas del curso de agua de la usina. **Página web de la ruta:** [www.visitilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visitilhasolteira.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:20 horas **Km totales:** 27

## ROTA SERINGAL

El recorrido, apto para ciclismo de montaña y ciclo rural, comienza en la rotonda del Recinto Ferial “Felício Yunes”, luego toma la primera subida, la recata del Canavial bordeando la carretera y descende. En la tercera subida, se llega a Seringal y se sigue hasta el letrero de Fazenda Eldorado, luego se sube hasta Porteira Azul, disfrutando de un ambiente na-

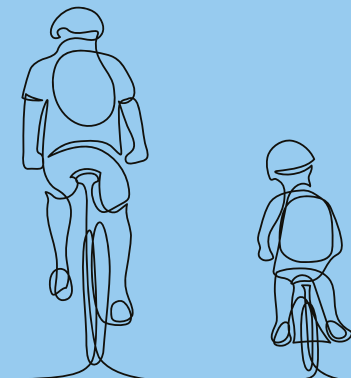
tural y exuberante que forma parte del extremo Noroeste de São Paulo. Luego va cuesta arriba desde Lagoão hasta Porteira da Fazenda Lagoinha, la parte más empinada de la plantación de caucho, siguiendo el cañaveral y de regreso cuesta arriba, hacia la rotonda del Centro de Exposiciones. **Página web de la ruta:** [www.visitilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visitilhasolteira.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:20 horas **Km totales:** 46

## ROTA DAS CINCO ILHAS

Pedalear entre los paisajes a orillas del río Paraná, en el puerto de arena de Cinco Ilhas, es el inicio de esta ruta recomendada para los amantes de la bicicleta de montaña. Sigue la cascada de la ciudad, pasando por el asentamientos Santa Maria da Lagoa, las haciendas Santa Isabel y Lagoinha, deteniéndose para disfrutar de la vista de la hermosa laguna, siguiendo por el barrio de Ipê, hacia la capilla del asentamiento Estrela da Ilha. **Página web de la ruta:** [www.visitilhasolteira.sp.gov.br](http://www.visitilhasolteira.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 67

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Alameda Goiás, 116, Ilha Solteira, SP **Horas de oficina:** 7:30 am a 12 pm y de 1:30 pm a 5 pm **Teléfono:** (+55 18) 3743-6089 **Correo electrónico:** turismo@ilhasolteira.sp.gov.br

**Centro de Atención al Turista II - Dirección:** Avenida Brasil Norte, 1740, Ilha Solteira, SP **Horas de oficina:** 9 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 18) 3743-1756 **Correo electrónico:** turismo@ilhasolteira.sp.gov.br







## SUZANÁPOLIS

Mais uma cidade que faz parte da rota Caminhos do Pantanal Paulista e muitos dos ciclistas que passam pelo município aproveitam para visitar as pequenas propriedades rurais e o delicioso café colonial. Suzanápolis possui a maior parte do seu território como área rural, com estradas que ligam as propriedades e que reservam belas trilhas para ciclistas. As paisagens dos córregos, rios, matas, da interação da fauna, das plantações agrícolas, das belas propriedades rurais são encantadoras. O cicloturismo cresceu no município nos últimos anos e de acordo com pesquisa realizada pelos alunos do curso Técnico em Turismo Receptivo da ETEC de Ilha Solteira no ano de 2021, Suzanápolis está entre os cinco destinos de cicloturismo mais procurados pelos ciclistas. Além do circuito Caminhos do Pantanal Paulista, possui um circuito interno composto por três rotas: Rota Ilha Paraíso; Rota do Meneghele a Rota do Assentamento União da Vitória, seguindo por algumas das pequenas propriedades rurais e pela rota de turismo rural da cidade. **Sites das rotas:** [www.rtpantanalpaulista.com.br](http://www.rtpantanalpaulista.com.br)

Foto: André Rosa





## Rota Ilha Paraíso do Sol

A Rota Ilha Paraíso do Sol é um dos caminhos mais desafiadores e exuberantes para os praticantes de mountain bike e para os amantes do cicloturismo. Muito frequentada por pescadores que utilizam a estrada para chegarem até o rio, a rota é explorada pelos ciclistas que têm a oportunidade de apreciar a paisagem exuberante da fauna e flora da região, além de contracenar com a Usina Vale do Paraná, pequenas propriedades rurais do Assentamento União da Vitória e contar com um ponto de parada, que é um dos locais mais incríveis do interior paulista, a Ilha Paraíso do Sol, cercada pelas águas do Rio Paraná, com apenas um acesso. **Tempo médio para completar a rota:** 3h50 **Total de km:** 66

## Rota do Assentamento União da Vitória

Essa é a rota mais explorada pelos ciclistas da região. Além do traçado principal, há várias trilhas por estradas secundárias com caminhos e paisagens encantadores. Na rota principal, o Sítio Schmidt é o destaque, onde os proprietários fabricam embutidos e um delicioso almoço rural é servido por meio de agendamento; também é possível saborear os pães caseiros no Sítio do Joel e da Valquíria. Mais uma parada no Sítio Emanuel para conhecer os queijos, sucos e o café colonial, delícias servidas na propriedade que também funciona como apoio aos ciclistas. **Tempo médio para completar a rota:** 1h40 **Total de km:** 36

## Rota do Meneghel

A Rota do Meneghel possui 8 segmentos no aplicativo Strava e é o que motiva os ciclistas que gostam de serem desafiados. Um dos pontos mais bonitos da rota é o trecho de 3km que passa no meio da Mata Suzana e reserva grandes surpresas aos amantes do mountain bike, proporcionando um contato direto com espécies de árvores e animais nativos da região. **Tempo médio para completar a rota:** 55 minutos **Total de km:** 20

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Antônio de Jesus Pastorelli, Sala 2, Anexo ao Terminal Rodoviário Municipal, Suzanápolis, SP **Horário de Funcionamento:** 7 às 18h **Telefone:** (18) 3706-9000



## SUZANÁPOLIS

Another city that is part of the Caminhos do Pantanal Paulista route, where many of the cyclists that pass through the municipality take the opportunity to visit the small rural properties and taste the delicious colonial coffee. Suzanópolis has most of its territory as a rural area, with roads that connect the properties and offer beautiful trails for cyclists. The landscapes of streams, rivers, forests and the interaction of fauna, agricultural plantations, beautiful rural properties are enchanting. Cycle tourism has grown in the municipality in recent years and according to research carried out by students of the Technical Course in Receptive Tourism at "ETEC de Ilha Solteira" in 2021, Suzanópolis is one of the five most sought-after cycle tourism destinations by cyclists. In addition to the Caminhos do Pantanal Paulista circuit, it has an internal circuit consisting of three routes: Rota Ilha Paraíso, Rota do Meneghele and Rota do Assentamento União da Vitória, following some of the small rural properties and the rural tourism route of the city. **Route website:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/>

### ILHA PARAÍSO DO SOL ROUTE

The Ilha Paraíso do Sol Route is one of the most challenging and exuberant paths for mountain bikers and cycle tourism lovers. Very frequented by the fishermen who use the road to get to the river, the route is explored by cyclists who have the opportunity to enjoy the exuberant landscape of the region's fauna and flora, in addition to interacting with the power plant Usina Vale do Paraná, small rural properties in the União da Vitória Settlement and have a stopping point, which is one of the most incredible places in the countryside of São Paulo, Ilha Paraíso do Sol, surrounded by the waters of the Paraná River, with only one access. **Average time to complete the route:** 3 hours 50 minutes **Total distance:** 66 km

### SETTLEMENT UNIÃO DA VITÓRIA ROUTE

This is the most explored route by cyclists in the region. In addition to the main route, there are several trails along secondary roads with charming paths and landscapes. On the main route, Sítio Schmidt is the highlight, where the owners make sausages, and a delicious rural lunch is served by appointment. It is also possible to taste the homemade breads at Sítio

do Joel e da Valquíria. Another stop is at Sítio Emanuel, to get to know the cheeses, juices and colonial coffee, delights served on the property that also works as a supporting point for cyclists. **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 36 km

### MENEGHEL ROUTE

The Meneghel Route has 8 segments on the "Strava" app and it is what motivates cyclists who like to be challenged. One of the most beautiful points of the route is the 3 km section that passes through the Mata Suzana and presents great surprises for mountain bike lovers, providing direct contact with species of trees and animals native of the region. **Average time to complete the route:** 55 minutes **Total distance:** 20 km

**Tourist information center - Address:** Rua Antônio de Jesus Pastorelli, Sala 2, Anexo ao Terminal Rodoviário Municipal, Suzanópolis, SP **Opening hours:** From 7 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 18) 3706-9000

## SUZANÁPOLIS

Otra ciudad que forma parte de la ruta Caminhos do Pantanal Paulista y muchos de los ciclistas que pasan por el municipio aprovechan para visitar las pequeñas propiedades rurales y el delicioso café colonial. Suzanópolis tiene la mayor parte de su territorio como zona rural, con caminos que conectan las propiedades y que reservan hermosos senderos para los ciclistas. Los paisajes de quebradas, ríos, bosques, la interacción de la fauna, las plantaciones agrícolas, las hermosas propiedades rurales son encantadores. El cicloturismo ha crecido en el municipio en los últimos años y según investigaciones realizadas por alumnos del Curso Técnico en Turismo Receptivo de la ETEC de Ilha Solteira en 2021, Suzanópolis está entre los cinco destinos de cicloturismo más buscados por los ciclistas. Además del circuito Caminhos do Pantanal Paulista, posee un circuito interno compuesto por tres rutas: Ruta Ilha Paraíso; Ruta de Meneghele a la Ruta del Assentamento União da Vitória, siguiendo algunas de las pequeñas propiedades rurales y la ruta de turismo rural de la ciudad. **Página web:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/>

### ROTA ILHA PARAÍSO DO SOL

La Ruta de la Isla Paraíso do Sol es uno de los caminos más desafiantes y exuberantes para los ciclis-

tas de montaña y los amantes del cicloturismo. Muy frecuentada por pescadores que utilizan el camino para llegar al río, la ruta es recorrida por ciclistas que tienen la oportunidad de disfrutar del paisaje exuberante de la fauna y flora de la región, además de interactuar con la Usina Vale do Paraná, pequeñas propiedades rurales en el Assentamento União da Vitória y tienen un punto de parada, que es uno de los lugares más increíbles del interior de São Paulo, Ilha Paraíso do Sol, rodeada por las aguas del río Paraná, con un solo acceso. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:50 horas **Km totales:** 66

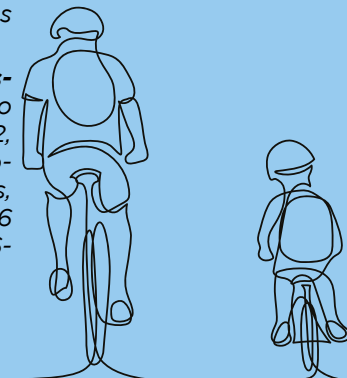
### ROTA DO ASSENTAMENTO UNIÃO DA VITÓRIA

Esta es la ruta más explorada por los ciclistas de la región. Además de la ruta principal, existen varios senderos por caminos secundarios con senderos y paisajes encantadores. En la ruta principal, se destaca el Sítio Schmidt, donde los dueños elaboran embutidos y se sirve un delicioso almuerzo rural previa cita; también es posible degustar los panes caseros en Sítio do Joel y Valquíria. Otra parada en Sítio Emanuel para conocer los quesos, jugos y café colonial, delicias servidas en la propiedad que también funciona como apoyo para ciclistas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:40 horas **Km totales:** 36

### ROTA DO MENEGHEL

La Ruta Meneghel tiene 8 segmentos en la aplicación Strava y es lo que motiva a los ciclistas a los que les gusta ser desafiados. Uno de los puntos más hermosos de la ruta es el tramo de 3 km que pasa por el medio de Mata Suzana y reserva grandes sorpresas para los amantes de la bicicleta de montaña, brindándoles un contacto directo con especies de árboles y animales autóctonos de la región. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 55 minutos **Km totales:** 20

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Antônio de Jesus Pastorelli, Sala 2, Anexo ao Terminal Rodoviário Municipal, Suzanópolis, SP **Horas de oficina:** 7 am a 6 pm **Teléfono:** (+55 18) 3706-9000



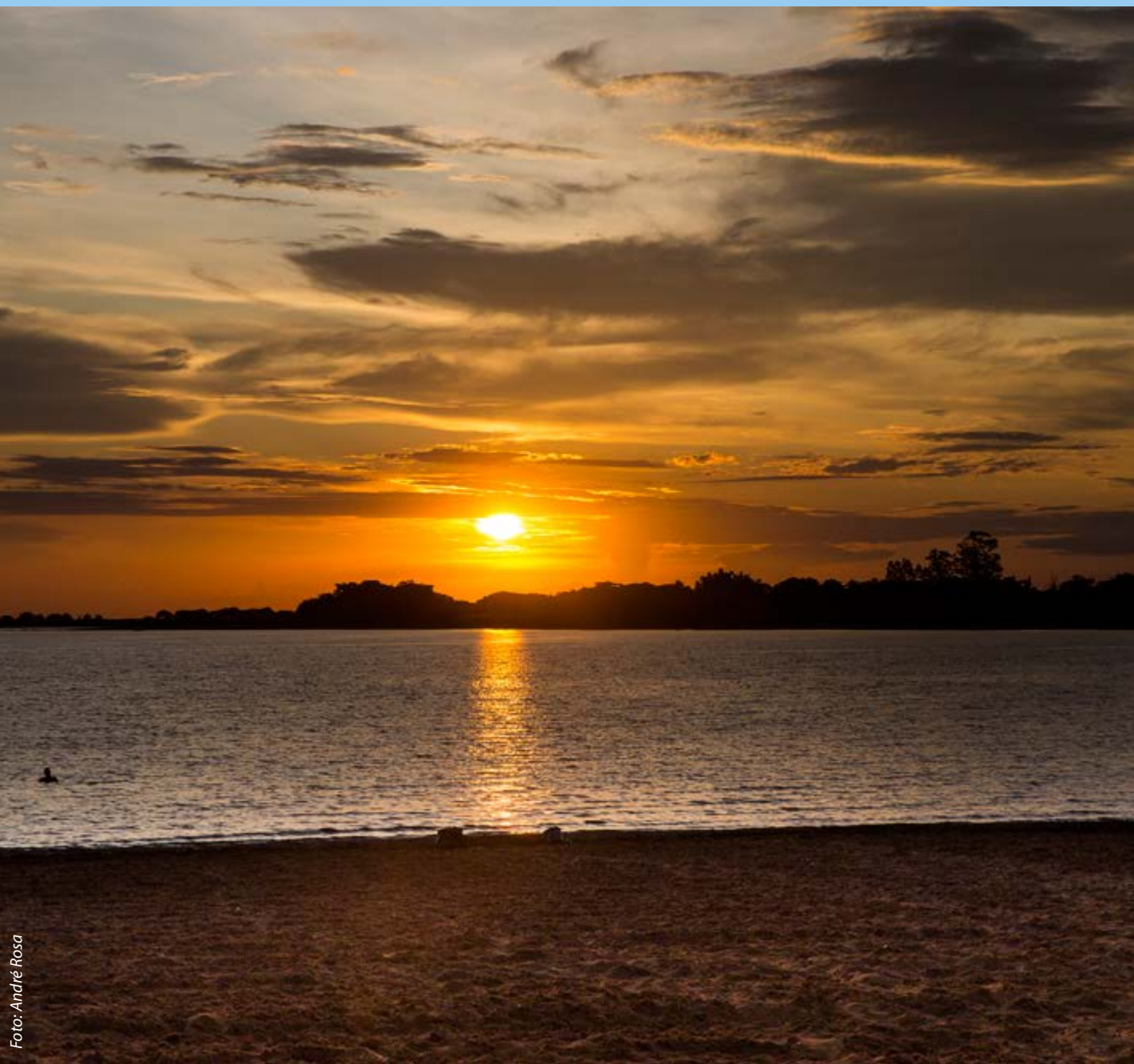


Foto: André Rosa

## PEREIRA BARRETO

Caminhos do Pantanal Paulista une três modalidades da região Noroeste: o cicloturismo, o mountain bike e o turismo rural. Consolidando a regional como um polo de cicloturismo. O percurso foi desenvolvido em duas rotas: a primeira é composta pelas cidades de Castilho, Andradina, Murutinga do Sul, Guaraçai, Mirandópolis, Lavínia e Valparaíso, denominada “Rota da Ferrovia” totalizando aproximadamente 94,7 quilômetros. E a outra rota composta pelos municípios de Ilha Solteira, Suzanápolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto e Itapura, denominada “Rota dos Grandes Lagos” totalizando 189,7 quilômetros. **Site da Rota:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/>

**Tempo médio para completar a rota:** 5h

**Total de km:** 300

### **Posto de Atendimento ao Turista**

#### **Endereço:**

Praia Pôr do Sol, Pereira Barreto, SP

**Horário de Funcionamento:** 7 às 18h

**Telefone:** (18) 3704-5620

**E-mail:** turismo@pereirabarreto.sp.gov.br





Foto: André Rosa

### PEREIRA BARRETO

*Pantanal Paulista Paths unites three modalities de la región Noroeste: cycling, cycling and rural tourism. Consolidate it regional as a cycling hub. La ruta se desarrolló en dos rutas: la primera está compuesta por las ciudades de Castilho, Andradina, Murutinga do Sul, Guaraçai, Mirandópolis, Lavínia y Valparaíso, llamada "Ruta del Ferrocarril" totaling approximately 94.7 kilometers. Y la otra ruta compuesta por los municipios de Ilha Solteira, Suzanápolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto and Itapura, llamada "Rota dos Grandes Lagos" totaling 189.7 kilometers.*

**Route website:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/> **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 300 km

**Tourist information center - Address:** Praia Pôr do Sol, Pereira Barreto, SP **Opening hours:** From 7 a.m. to 6 p.m. **Telephone:** (+55 18) 3704-5620

**E-mail:** turismo@pereirabarreto.sp.gov.br

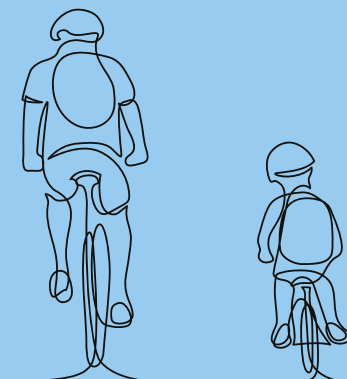
### PEREIRA BARRETO

*Camiños de Pantanal Paulista Paths une tres modalidades de la región Noroeste: ciclismo, bicicleta de montaña y turismo rural. Consolidar lo regional como hub ciclista. La ruta se desarrolló en dos rutas: la primera está compuesta por las ciudades de Castilho, Andradina, Murutinga do Sul, Guaraçai, Mirandópolis, Lavínia y Valparaíso, llamada "Ruta del Ferrocarril" totalizando aproximadamente 94.7 kilómetros. Y la otra ruta compuesta por los municipios de Ilha Solteira, Suzanápolis, Sud Mennucci, Pereira Barreto e Itapura, llamada "Rota dos Grandes Lagos" totalizando 189.7 kilómetros.*

**Página web de la ruta:** <http://www.pantanalpaulista.com.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 300

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Praia Pôr do Sol, Pereira Barreto, SP **Horas de oficina:** 7 am a 6 pm **Teléfono:** (+55 18) 3704-5620

**Correo electrónico:** turismo@pereirabarreto.sp.gov.br







## SUD MENNUCCI

Mais uma cidade que faz parte do Projeto Caminhos do Pantanal Paulista, consolidando a região como um importante pólo de cicloturismo. <https://www.sudmennucci.sp.gov.br/> | <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/>

## Rota Caminhos do Pantanal Paulista

Sud Menucci também faz parte das cidades que integram o projeto desenvolvido pela Câmara Técnica de Turismo do CIENSP com o apoio de todas as Prefeituras das cidades da Região Turística Pantanal Paulista. A rota cicloturística interliga doze cidades e há também uma segunda rota, chamada de Ferrovia. **Site da Rota:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Tempo médio para completar a rota:** 8h **Total de km:** 273.2

## Rota dos Grandes Lagos

A Rota dos Grandes Lagos ganhou esse nome por causa dos lagos que surgiram graças à construção de três importantes e grandes barragens, que represam os rios: Tietê, Paraná, Aguapeí e São José dos Dourados. É essa abundância de água que movimenta notoriamente a pesca, levando turistas do país inteiro à região, atrás dos peixes típicos. O mountain bike que é um dos esportes mais praticados na região, onde os ciclistas exploram na sua maioria as estradas rurais para contemplar a natureza. Sud Menucci é uma das cidades que fazem parte dessa importante rota no Pantanal Paulista.

**Site da Rota:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Tempo médio para completar a rota:** 5h **Total de km:** 189.7

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Augustinho Alegre Chich, nº633, Centro - Sud Mennucci - SP **Horário de Funcionamento:** 7 às 17h, no posto presencial. Das 7às 20h pelo WhatsApp do PIT **Telefone:** (18) 99660-0467 **E-mail:** turismo@sudmennucci.sp.gov.br





## SUD MENNUCCI

Another city that is part of the Caminhos do Pantanal Paulista Project, consolidating the region as an important center for cycle tourism. **Route websites:** <https://www.sudmennucci.sp.gov.br/> | <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/>

## ROUTE PATHS OF THE PANTANAL PAULISTA

Sud Menucci is also one of the cities that are part of the project developed by the Technical Chamber of Tourism of CIENSP with the support of all the City Halls of the cities in the Pantanal Paulista Tourist Region. The cycle touristic route connects twelve cities and there is also a second route, called Ferrovia. **Route website:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Average time to complete the route:** 8 hours **Total distance:** 273.2 km

## GREAT LAKES ROUTE

The route Rota dos Grandes Lagos got its name because of the lakes that emerged thanks to the construction of three important and large dams on the rivers: Tietê, Paraná, Aguapeí and São José dos Dourados. It is this abundance of water that famously moves fishing, taking tourists from all over the country to the region, looking for typical fish. Mountain biking is one of the most practiced sports in the region, where cyclists mostly explore rural roads to contemplate nature. Sud Menucci is one of the cities that are part of this important route in the Pantanal Paulista. **Route website:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 189.7 km

## Tourist information center

**Address:** Rua Augustinho Alegre Chich, nº633, Centro - Sud Mennucci - SP **Opening hours:** From 7 a.m. to 5 p.m., at the post. From 7 a.m. to 8 p.m. by WhatsApp from PIT **Telephone:** (18) 99660-0467 **E-mail:** turismo@sudmennucci.sp.gov.br

## SUD MENNUCCI

Otra ciudad que forma parte del Proyecto Caminos del Pantanal Paulista, consolidando la región como un importante polo de cicloturismo. **Páginas web:** <https://www.sudmennucci.sp.gov.br/> | <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/>

## ROTA CAMINHOS DO PANTANAL PAULISTA

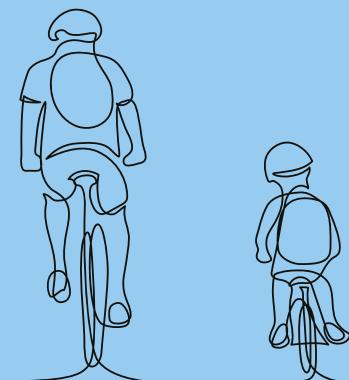
Sud Menucci también forma parte de las ciudades que forman parte del proyecto desarrollado por la Cámara Técnica de Turismo de CIENSP con el apoyo de todos los Ayuntamientos de las ciudades de la Región Turística Pantanal Paulista. La ruta cicloturística conecta doce ciudades y también existe una segunda ruta, llamada Ferrovia. **Página web de la ruta:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 8 horas **Km totales:** 273.2

## ROTA DOS GRANDES LAGOS

La Ruta de los Grandes Lagos recibió su nombre por los lagos que surgieron gracias a la construcción de tres importantes y grandes represas, que repasan los ríos: Tietê, Paraná, Aguapeí y São José dos Dourados. Es esta abundancia de agua la que mueve famosamente la pesca, llevando a turistas de todo el país a la región, en busca de pescados típicos. El ciclismo de montaña es uno de los deportes más practicados en la región, donde los ciclistas recorren en su mayoría caminos rurales para contemplar la naturaleza. Sud Menucci es una de las ciudades que forman parte de esta importante ruta del Pantanal Paulista. **Página web de la ruta:** <http://www.pontualpropaganda.com.br/pantanalpaulista/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 189.7

## Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua Augustinho Alegre Chich, nº633, Centro - Sud Mennucci - SP **Horas de oficina:** De 7 am a 5 pm, en el puesto presencial. De 7 am a 8 pm por WhatsApp del PIT **Teléfono:** (18) 99660-0467 **Correo electrónico:** turismo@sudmennucci.sp.gov.br







# POLO CUESTA

## ITATINGA

As estradas que ligam os pontos turísticos têm chamado a atenção dos visitantes. O projeto Cuesta Cicloturismo, em que Itatinga faz parte, abrange uma variedade de roteiros para viagens de aventura com o uso da bike. Os roteiros foram planejados para serem seguros e atrativos, oferecendo aos visitantes a possibilidade de experiências diferenciadas, conhecendo um dos mais recortados relevos do estado com suas belas paisagens. Visitando as tranquilas cidades do interior, com matas e rios preservados, lindas cachoeiras, povoados e vilarejos, ter contato com a diversidade cultural e as tradições, percorrendo caminhos da história.

<https://www.turismo.itatinga.sp.gov.br/pagina/17/cicloturismo> | <https://www.itatinga.sp.gov.br/>

Foto: Luiz França





## Rota 12k Volta do Pesqueiro Vale Verde

Rota com início no Ginásio Municipal de Esportes e percurso misto entre estradas de terra e asfalto, para praticantes de mountain bike, com acesso através de QR code em totens físicos ou virtuais de cicloturismo. **Tempo médio para completar a rota:** 35 minutos **Total de km:** 12

## Rota 16k Pesqueiro Vale Verde/ 80 Alqueire/Lima

Para praticantes de mountain bike, a rota inicia no Ginásio Municipal de Esportes e segue por estradas de terra passando pelos pontos de destaque no percurso. **Tempo médio para completar a rota:** 44 minutos **Total de km:** 16

## Rota 17k Horto

Rota com início no Ginásio Municipal de Esportes, segue por estradas de terra, até a estação ambiental da ESALq- Horto Florestal. Administrado pela USP, é um dos mais antigos hortos florestais do país. Criado no início do século XX pela estrada de ferro Sorocaba, as casas de madeira onde estão instalados os escritórios, salas de aula, cozinha comunitária, conservam as características originais e estão no coração da grande floresta de eucaliptos plantada na década de 40. A trilha passa por matas nativas e exóticas, terminando em uma linda cachoeira. **Tempo médio para completar a rota:** 49 minutos **Total de km:** 17

## Rota 20k Volta do 80 Alqueire

Rota com início no Ginásio Municipal de Esportes, segue por estradas de terra, até o destino. **Tempo médio para completar a rota:** 57 minutos **Total de km:** 20

## Rota 26k Igrejinha/Abadia/ Sabesp/80 Alqueire

Rota trilhada por estradas de terra, até a famosa Abadia de Itatinga, uma atração turística com toque único, já que foi fundada no ano de 1140 na Alemanha e foi transferida para Itatinga em 1951. Segue pelo reservatório da Sabesp. **Tempo médio para completar a rota:** 1h13 **Total de km:** 26





Foto: Luiz França

## Rota 35k Volta do Esforsin

Percurso misto entre estradas de terra e asfalto, com acesso através de QR code em totens físicos ou virtuais, criados para os amantes de cicloturismo. **Tempo médio para completar a rota:** 1h13 **Total de km:** 35

## Rota 43k Volta do Lobo

Percurso começa no Ginásio Municipal e segue até o Distrito do Lobo, o charmoso bairro, que margeia o Rio das Pedras, e é repleto de história. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 43

## Rota 46k Volta da Abelha e Água Bonita

Rota de mountain bike, com início no Ginásio Municipal de Esportes. Percurso misto entre estradas de terra e asfalto, chegando até a Fazenda Água Bonita. **Tempo médio para completar a rota:** 2h09 **Total de km:** 46



## Rota 47k Itaúna/Bromado/Serra Santa Fé

Rota entre estradas de terra e asfalto, seguindo até a Serra de Santa Fé. Uma trilha com paisagens rurais e áreas verdes. **Tempo médio para completar a rota: 2h14 Total de km: 47**

## Rota 57k Itaúna/Serra da Tapioca/Eng Serra/Ibc

**Tempo médio para completar a rota: 1h44 Total de km: 57**

## Rota 63k Distrito do Lobo/Castelo Branco/Usina do Lobo/Seleon

**Tempo médio para completar a rota: 1h54 Total de km: 63**

## Rota 60k Itaúna/Serra Do Gamba/Eng Serra/Ibc

**Tempo médio para completar a rota: 1h49 Total de km: 60**

## Rota 42k Volta Itaúna/Serra da Tapioca

**Tempo médio para completar a rota: 1h58 Total de km: 42**

## Rota 69K Tour da Balsa

**Tempo médio para completar a rota: 3h16 Total de km: 69**

## Rota 73k Bromado/Serra da Tapioca/Eng. Serra/IBC

**Tempo médio para completar a rota: 3h27 Total de km: 73**

## Rota 123k Volta de MTB Itatinga

**Tempo médio para completar a rota: 4h05 Total de km: 123**

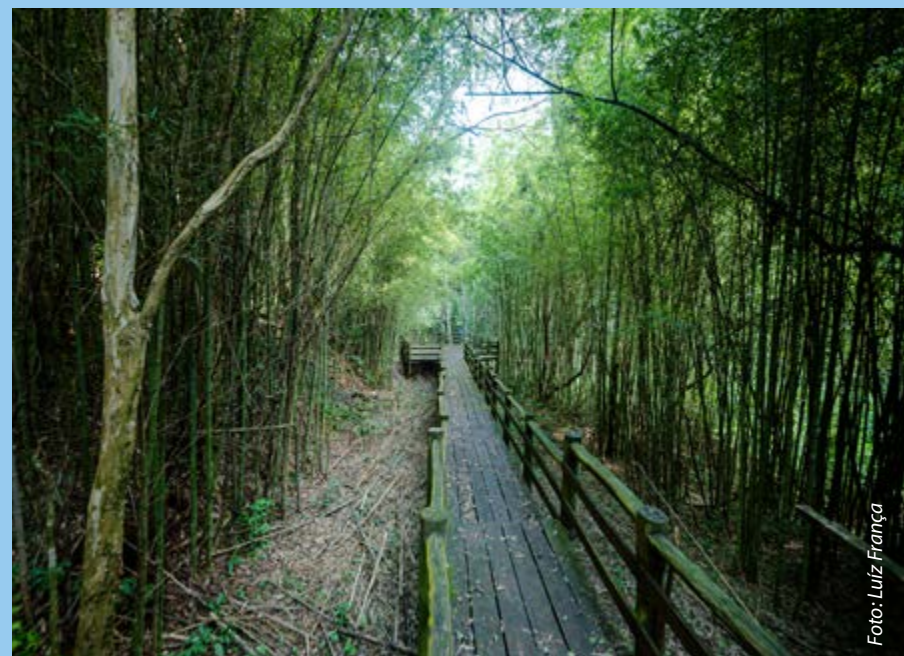


Foto: Luiz França

## ITATINGA

The roads that connect the tourist spots have drawn the attention of the visitors. The Cuesta Cycle Tourism project, in which Itatinga is part of, covers a variety of itineraries for adventure trips using the bike. The itineraries were planned to be safe and attractive, offering visitors the possibility of different experiences, getting to know one of the most rugged reliefs in the state with its beautiful landscapes and visiting the quiet cities of the countryside, with preserved forests and rivers, beautiful waterfalls, towns, and villages, having contact with cultural diversity and traditions, walking along the paths of history. **Route websites:** <https://www.turismo.itatinga.sp.gov.br/pagina/17/cicloturismo> | <https://www.itatinga.sp.gov.br/>

### ROUTE 12K VOLTA DO PESQUEIRO VALE VERDE

A route starting at the Municipal Sports Gym and a mixed trail between dirt and asphalt roads, for mountain bikers, with access via QR code in physical or virtual totems for cycle tourism. **Average time to complete the route:** 35 minutes **Total distance:** 12 km

### ROUTE 16K PESQUEIRO VALE VERDE / 80 ALQUEIRE / LIMA

For mountain bikers, the route starts at the Municipal Sports Gym and follows dirt roads through the highlights along the route. **Average time to complete the route:** 44 minutes **Total distance:** 16 km

### ROUTE 17K HORTO

The route starts at the Municipal Sports Gymnasium and follows dirt roads to the ESALq- Horto Florestal environmental station. Managed by USP, it is one of the oldest forest gardens in the country. Created in the beginning of the 20th century by the Sorocaba railroad, the wooden houses where the offices, classrooms, and community kitchen are installed, retain their original characteristics and are in the heart of the large eucalyptus forest planted in the 40s. The trail passes through native and exotic forests, ending in a beautiful waterfall. **Average time to complete the route:** 49 minutes **Total distance:** 17 km

### ROUTE 20K VOLTA DO 80 ALQUEIRE

Route starting at the Municipal Sports Gym, following dirt roads to the destination. **Average time to complete the route:** 57 minutes **Total distance:** 20 km

### ROUTE 26K IGREJINHA / ABADIA / SABESP / 80 ALQUEIRE

A route traveled by dirt roads, to the famous Abadia de Itatinga (Itatinga Abbey), a tourist attraction with a unique touch since it was founded in 1140 in Germany and was transferred to Itatinga in 1951. It follows the Sabesp reservoir. **Average time to complete the route:** 1 hour 13 minutes **Total distance:** 26 km

### ROUTE 35K VOLTA DO ESFORSIN

A mixed route between dirt and asphalt roads, with access through QR code in physical or virtual totems, created for lovers of cycle tourism. **Average time to complete the route:** 1 hour 13 minutes **Total distance:** 35 km

### ROUTE 43K VOLTA DO LOBO

The route starts at the Municipal Gymnasium and continues to Distrito do Lobo, the charming neighborhood that borders the Rio das Pedras, and is full of history. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 43 km

### ROUTE 46K VOLTA DA ABELHA E ÁGUA BONITA

A mountain bike route, starting at the Municipal Sports Gym. A mixed route between dirt and asphalt roads, reaching Fazenda Água Bonita. **Average time to complete the route:** 2 hours 09 minutes **Total distance:** 46 km

### ROUTE 47K ITAÚNA / BROMADO / SERRA SANTA FÉ

Route between dirt and asphalt roads, heading to the Serra de Santa Fé. A trail with rural landscapes and green areas. **Average time to complete the route:** 2 hours 14 minutes **Total distance:** 47 km

### ROUTE 57K ITAUNA / SERRA DA TAPIOCA / ENG SERRA / IBC

**Average time to complete the route:** 1 hour 44 minutes **Total distance:** 57 km

### ROUTE 63K DISTRITO DO LOBO / CASTELO

### BRANCO / USINA DO LOBO / SELEON

**Average time to complete the route:** 1 hour 54 minutes **Total distance:** 63 km

### ROUTE 60K ITAÚNA / SERRA DO GAMBA / ENG SERRA / IBC

**Average time to complete the route:** 1 hour 49 minutes **Total distance:** 60 km

### ROUTE 42K VOLTA ITAÚNA / SERRA DA TAPIOCA

**Average time to complete the route:** 1 hour 58 minutes **Total distance:** 42 km

### ROUTE 69K TOUR DA BALSA

**Average time to complete the route:** 3 hours 16 minutes **Total distance:** 69 km

### ROUTE 73K BROMADO / SERRA DA TAPIOCA / ENG. SERRA / IBC

**Average time to complete the route:** 3 hours 27 minutes **Total distance:** 73 km

### ROUTE 123K VOLTA DE MTB ITATINGA

**Average time to complete the route:** 4 hours 05 minutes **Total distance:** 123 km

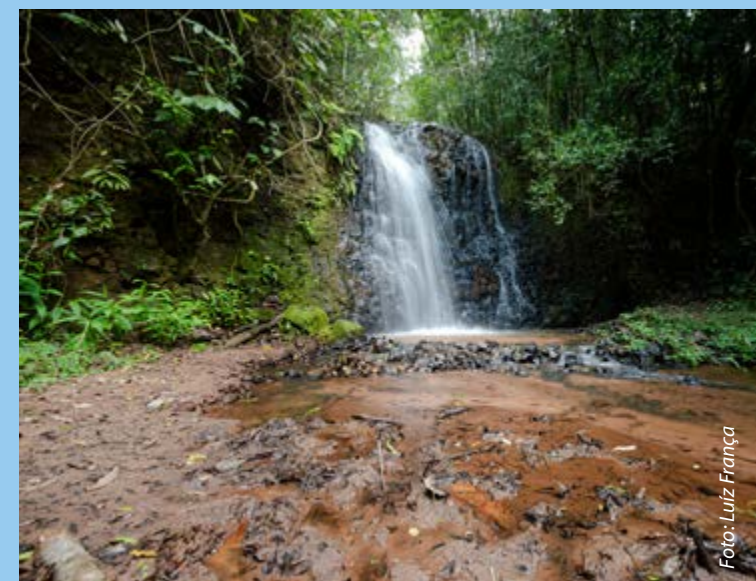


Foto: Luiz França





## ITATINGA

Las carreteras que conectan los puntos turísticos han llamado la atención de los visitantes. El proyecto Cuesta Cicloturismo, del que forma parte Itatinga, contempla una variedad de itinerarios para viajes de aventura en bicicleta. Los itinerarios fueron planificados para que fueran seguros y atractivos, brindando a los visitantes la posibilidad de vivir diferentes experiencias, conociendo uno de los relieves más agrestes del estado con sus hermosos paisajes. Visitar las tranquilas ciudades del interior, con bosques y ríos preservados, hermosas cascadas, pueblos y aldeas, tener contacto con la diversidad cultural y de tradiciones, caminando por los senderos de la historia. **Páginas web:** <https://www.turismo.itatinga.sp.gov.br/pagina/17/cicloturismo> | <https://www.itatinga.sp.gov.br/>

### ROTA 12K VOLTA DO PESQUEIRO VALE VERDE

Ruta con inicio en el Gimnasio Deportivo Municipal y ruta mixta entre tierra y asfalto, para ciclistas de montaña, con acceso mediante código QR en tótems físicos o virtuales. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 35 minutos **Km totales:** 12

### ROTA 16K PESQUEIRO VALE VERDE/80 ALQUEIRE/LIMA

Para los ciclistas de montaña, la ruta comienza en el Gimnasio Municipal de Deportes y sigue caminos de tierra a través de los lugares más destacados a lo largo de la ruta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 44 minutos **Km totales:** 16

### ROTA 17K HORTO

El recorrido se inicia en el Gimnasio Deportivo Municipal y sigue por caminos de terracería hasta la estación ambiental ESALq-Horto Florestal. Administrado por la USP, es uno de los jardines forestales más antiguos del país. Creadas a principios del siglo XX por el ferrocarril de Sorocaba, las casas de madera donde se instalan las oficinas, las aulas y el comedor comunitario, conservan sus características originales y se encuentran en el corazón del gran bosque de eucaliptos plantado en la década del 40. El sendero transcurre a través de bosques nativos y exóticos, terminando en una hermosa cascada. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 49 minutos **Km totales:** 17

### ROTA 20K VOLTA DO 80 ALQUEIRE

Ruta que comienza en el Gimnasio Deportivo Municipal, sigue caminos de terracería hasta el destino. **Tiempo medio para completar la ruta:** 57 minutos **Km totales:** 20

### ROTA 26K IGREJINHA/ABADIA/SABESP/80 ALQUEIRE

Ruta recorrida por caminos de terracería, hasta la famosa Abadía de Itatinga, atracción turística con un toque único, ya que fue fundada en 1140 en Alemania y fue trasladada a Itatinga en 1951. Sigue el embalse de Sabesp. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:13 horas **Km totales:** 26

### ROTA 35K VOLTA DO ESFORSIN

Ruta esmixta entre caminos de tierra y asfalto, con acceso a través de código QR en tótems físicos o virtuales, creada para los amantes del cicloturismo. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:13 horas **Km totales:** 35

### ROTA 43K VOLTA DO LOBO

La ruta comienza en el Gimnasio Municipal y continúa hasta Distrito do Lobo, el encantador barrio que bordea el Rio das Pedras, y está lleno de historia. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 43

### ROTA 46K VOLTA DA ABELHA E ÁGUA BONITA

Ruta en bicicleta de montaña, con salida en el Po-

lodeportivo Municipal. Ruta mixta entre caminos de tierra y asfalto, llegando a la Fazenda Água Bonita. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:09 horas **Km totales:** 46

### ROTA 47K ITAÚNA/BROMADO/SERRA SANTA FÉ

Ruta entre caminos de tierra y asfalto, rumbo a la Serra de Santa Fé. Un sendero con paisajes rurales y zonas verdes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:14 horas **Km totales:** 47

### ROTA 57K ITAUNA/SERRA DA TAPIOCA/ENG SERRA/IBC

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:44 horas **Km totales:** 57

### ROTA 63K DISTRITO DO LOBO/CASTELO BRANCO/USINA DO LOBO/SELEON

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:54 horas **Km totales:** 63

### ROTA 60K ITAÚNA/SERRA DO GAMBA/ENG SERRA/IBC

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:49 horas **Km totales:** 60

### ROTA 42K VOLTA ITAÚNA/SERRA DA TAPIOCA

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:58 horas **Km totales:** 42

### ROTA 69K TOUR DA Balsa

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:16 horas **Km totales:** 69

### ROTA 73K BROMADO/SERRA DA TAPIOCA/ENG. SERRA/IBC

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:27 horas **Km totales:** 73

### ROTA 123K VOLTA DE MTB ITATINGA

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 4:05 horas **Km totales:** 123

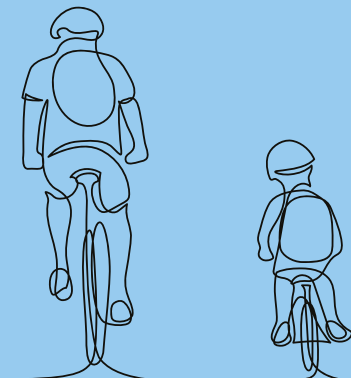




Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ROSANA

O trajeto do seu principal circuito de cicloturismo foi escolhido para que turistas tenham a oportunidade de conhecer, de bike, paisagens especiais, principalmente no Assentamento Nova Pontal, em torno do lago da represa hidrelétrica de Rosana, no Rio Paranapanema. O pedal acontece aos domingos e as inscrições para os grupos podem ser feitas pelos canais da Secretaria de Turismo de Rosana. <https://www.rosana.sp.gov.br/turismo/>

# Pedalada Rural Circuito Nova Pontal de Rosana

É um roteiro que envolve atividades físicas contemplativas, para toda a comunidade, sem promover a competição. É realizada pelo Grupo de Estudos e Pesquisa em Turismo no Espaço Rural e pelo PET Turismo, ambos da UNESP - Campus de Rosana, em parceria com a Prefeitura e Secretaria de Turismo da cidade, e o ITESP, com o apoio da Associação de Mulheres do Assentamento Nova Ponta. A ideia é que “pedalantes” possam aproveitar paisagens surpreendentes. Para para os amantes do pedal, é perfeito para um belo e inesquecível passeio. **Tempo médio para completar a rota: 7h Total de km: 20**

### Posto de Atendimento ao Turista

#### Endereço:

Avenida José Velasco, 1963, Rosana, SP

#### Horário de Funcionamento:

Segunda à sexta, das 7 às 17h

#### Telefone:

(18) 3288-1387

#### E-mails:

turismo@rosana.sp.gov.br e  
esporte@rosana.sp.gov.br





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ROSANA

The route of its main cycle tourism circuit was chosen so that tourists have the opportunity to get to know, by bike, special landscapes, mainly in the Nova Pontal Settlement, around the lake of the hydroelectric dam of Rosana, on the Paranapanema River. The cycling occurs on Sundays and the registration for groups can be made through the channels of the Rosana Tourism Office.

### Route website:

<https://www.rosana.sp.gov.br/turismo/>

## RURAL CYCLING - CIRCUIT NOVA PONTAL DE ROSANA

It is an itinerary that involves contemplative physical activities for the entire community, without promoting competition. It is carried out by the Study and Research Group on Tourism in Rural Areas and by PET Turismo, both from UNESP - Campus de Rosana,

in partnership with the City Hall and Tourism Department of the city, and ITESP, with the support of the Women's Association of Nova Ponta settlement.

The idea is that cyclists can enjoy surprising landscapes. For pedal lovers, it is perfect for a beautiful and unforgettable ride.

**Average time to complete the route:** 7 hours

**Total distance:** 20 km

### Tourist information center

**Address:** Avenida José Velasco, 1963, Rosana, SP

### Opening hours:

Monday to Friday, from 7 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+ 55 18) 3288-1387

**E-mails:** [turismo@rosana.sp.gov.br](mailto:turismo@rosana.sp.gov.br)

[esporte@rosana.sp.gov.br](mailto:esporte@rosana.sp.gov.br)



Foto: André Rosa

## ROSANA

La ruta de su principal circuito de cicloturismo fue elegida para que los turistas tengan la oportunidad de conocer, en bicicleta, paisajes especiales, principalmente en el Asentamiento Nova Pontal, alrededor del lago de la hidroeléctrica de Rosana, sobre el río Paranapanema. La pedalada tiene lugar los domingos y las inscripciones para grupos se pueden realizar a través de los canales de la Oficina de Turismo de Rosana. **Página web:** <https://www.rosana.sp.gov.br/turismo/>

## PEDALADA RURAL - CIRCUITO NOVA PONTAL DE ROSANA

Es un itinerario que involucra actividades físicas contemplativas, para toda la comunidad, sin promover la competencia. Es realizado por el Grupo de Estudios e Investigaciones sobre Turismo en Áreas Rurales y por el PET Turismo, ambos de la UNESP - Campus de Rosana, en alianza con la Alcaldía y Secretaría de Turismo de la ciudad, y el ITESP, con el apoyo de la Asociación de Mujeres del asentamiento Nueva Ponta. La idea es que los "pedalistas" puedan disfrutar de paisajes sorprendentes. Para los amantes de los pedales, es perfecto para un paseo hermoso e inolvidable. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 20

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Avenida José Velasco, 1963, Rosana, SP

### Horas de oficina:

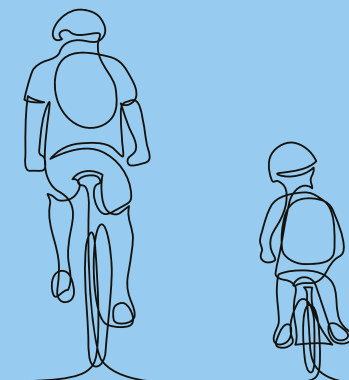
Lunes a viernes, de 7 am a 5 pm

### Teléfono:

(+55 18) 3288-1387

**Correos electrónicos:** [turismo@rosana.sp.gov.br](mailto:turismo@rosana.sp.gov.br)

[esporte@rosana.sp.gov.br](mailto:esporte@rosana.sp.gov.br)





# PONTAL PAULISTA REGIÃO TURÍSTICA DOS CÂNIONS PAULISTA

*PONTAL PAULISTA TOURIST REGION OF CANIONS PAULISTA*  
*PONTAL PAULISTA REGIÓN TURÍSTICA DE CANIONS PAULISTA*

## ITAPEVA

A cidade possui o segundo maior território do estado, com relevo muito diversificado, agradando assim a todos os tipos de tribos de ciclistas. No Circuito Caipira de Cicloturismo, a volta parte e retorna para a catedral, com ganho de elevação de 2 mil metros, passando por vales, serras, cachoeiras, vilarejos e bairros rurais. É um pedacinho do Sul de Minas Gerais no Sudoeste de São Paulo. Outra trilha muito prestigiada é a Rota dos Cânions, caminho que leva o ciclista a se aventurar em um vale, passando pelos Cânions Itanguá, Pirituba e Bom Sucesso, com mirantes e paisagens de perder o fôlego.

**Sites das rotas:** <https://itapeva.sp.gov.br/>

Foto: Anielle de Vita - Expressão Studio





Foto: André Rosa

## Circuito das Sambras

O Circuito das Sambras é um estradão aberto para extração de minérios. Desta trilha surgiram ramais que ligam diferentes pontos da rota à rodovia SP 249. **Tempo médio para completar a rota: 2h**  
**Total de km: 40**

## Trilha dos Jipeiros

Ramal do Circuito dos Cânions, tem um traçado bonito e desafiador, passando por cachoeiras, ruínas de estação de trem e forno de minério, atravessa túnel da linha férrea e, como bônus, a surpresa de encontrar animais selvagens (veados, jaguatiricas e onças) é bem grande.

**Tempo médio para completar a rota: 3h30 Total de km: 65**

## Circuito do Faxinal

O Circuito do Faxinal é um dos mais charmosos de Itapeva com, pelo menos, três ramais conhecidos. **Tempo médio para completar a rota: 3h Total de km: 45**

## Caminho do Quilombo

Rota que passa pela Comunidade Quilombola do Jaó. **Tempo médio para completar a rota: 2h30 Total de km: 35.5**





Foto: Anielle de Vita - Expressão Studio

## A Volta dos Cânions

É um dos mais bonitos, agradáveis e desafiadores pedais de longa distância e que parte de Itapeva. Segue por uma estrada que foi linha férrea ligando o município ao Paraná. São 9 km até chegar à rodovia SP 258, após passar a balança, na estrada antiga de Bom Sucesso de Itararé. Ciclistas sobem por 15 km, em inclinação média de 3%, até a serra que vai para Bom Sucesso de Itararé. Nessa rota, com estradas asfaltadas e de terra, vários ramais, mirantes, cachoeiras e corta o vale, por dentro dos cânions. **Tempo médio para completar a rota:** 06h30 **Total de km:** 120

## Circuito Caipira de MTB

A mais desafiadora das rotas de mountain bike da cidade, é neste trajeto de aproximadamente 85 km que os atletas e cicloturistas se preparam para provas e viagens nos moldes do Caminho da Fé. Com belas paisagens, subidas e descidas pesadas, o circuito leva as pessoas ao limite e exige preparo, porque testa corpo e mente de quem ousa percorrer suas estradas. É neste circuito de aventura que se encontra a belíssima Cachoeira do Saltinho do Coqueiral e o Morro do Cruzeiro no bairro da Serrinha da Conceição. **Tempo médio para completar a rota:** 5h50 **Total de km:** 85

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua Martinho Carneiro, 171, Itapeva, São Paulo

**Horário de Funcionamento:** 10 às 21h

**Telefone:** (15) 3521-3909

**E-mail:** depturismo@itapeva.sp.gov.br ou cultura@itapeva.sp.gov.br





Foto: André Rosa

## ITAPEVA

The city has the second largest territory in the state, with very diverse relief, thus pleasing all types of cyclist's groups. In the Caipira Cycling Tour, the loop starts and returns to the cathedral, with an elevation gain of 2,000 meters, passing through valleys, mountains, waterfalls, villages, and rural neighborhoods. It is a little piece of the South of Minas Gerais State in the Southwest of São Paulo State. Another very prestigious trail is the Route of the Canyons, a path that takes the cyclist to venture into a valley, passing through the Itanguá, Pirituba and Bom Sucesso Canyons, with lookouts and breathtaking landscapes.

**Route website:** <https://itapeva.sp.gov.br/>

### SAMBRAS CIRCUIT

The Sambras Circuit is an open road for extracting ores. From this trail emerged branches that connect different points of the route to the SP 249 highway. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 40 km

### TRAIL OF THE JEEPS

A section of the Circuito dos Cânions, it has a beautiful and challenging route, passing by waterfalls, ruins of a train station and an ore oven, crossing a railway tunnel and, as a bonus, with the great chance of encountering wild animals (deer, ocelots, and jaguars). **Average time to complete the route:** 3 hours 30 minutes **Total distance:** 65 km

### FAXINAL CIRCUIT

The Faxinal Circuit is one of the most charming in Itapeva with at least three known branches. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 45 km

### QUILOMBO PATH

Route that passes through the Quilombola Community of Jaó. **Average time to complete the route:** 2 hours 30 minutes **Total distance:** 35.5 km

## SURROUNDING THE CANYONS

It is one of the most beautiful, pleasant, and challenging long-distance cycling routes, and departs from Itapeva. It follows a road that was a railway linking the municipality to the state of Paraná. There are 9 km until reaching the SP 258 highway, after passing the scale, on the old road to Bom Sucesso de Itararé. Cyclists climb for 15 km, at an average slope of 3%, to the mountain range that leads to Bom Sucesso de Itararé. This route has paved and dirt roads, several branches, viewpoints, waterfalls, and cuts through the valley, inside the canyons. **Average time to complete the route:** 6 hours 30 minutes **Total distance:** 120 km

### CIRCUIT CAIPIRA DE MTB

The most challenging of the city's mountain bike trails, it is on this route of approximately 85 km that athletes and cyclists prepare for tests and trips along the lines of the Caminho da Fé. With beautiful landscapes, ascents and descents, the circuit takes people to the limit and requires preparation, because it tests the body and mind of those who dare to travel its roads. It is in this adventure circuit that people will find the beautiful Cachoeira do Saltinho do Coqueiral and the Morro do Cruzeiro in the Serinha da Conceição neighborhood. **Average time to complete the route:** 5 hours 50 minutes **Total distance:** 85 km

**Tourist information center - Address:** Rua Martinho Carneiro, 171, Itapeva, São Paulo **Opening hours:** From 10 a.m. to 9 p.m. **Telephone:** (+55 15) 3521-3909 **E-mails:** [depturismo@itapeva.sp.gov.br](mailto:depturismo@itapeva.sp.gov.br) - [cultura@itapeva.sp.gov.br](mailto:cultura@itapeva.sp.gov.br)





Foto: André Rosa

## ITAPEVA

La ciudad posee el segundo territorio más extenso del estado, con relieve muy diverso, complaciendo así a todo tipo de tribus ciclistas. En la Vuelta Ciclista Caipira, el circuito inicia y regresa a la catedral, con un desnivel de 2.000 metros, pasando por valles, montañas, cascadas, pueblos y barrios rurales. Es un pedacito del Sur de Minas Gerais en el Sudoeste de São Paulo. Otro sendero de gran prestigio es la Ruta de los Cañones, un camino que lleva al ciclista a internarse en un valle, pasando por los Cañones de Itanguá, Pirituba y Bom Sucesso, con miradores y paisajes impresionantes.

**Página web:** <https://itapeva.sp.gov.br/>

### CIRCUITO DAS SAMBRAS

El Circuito de Sambras es un camino abierto para la extracción de minerales. De este sendero surgieron ramales que conectan diferentes puntos del recorrido con la carretera SP 249. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 40

### TRILHA DOS JIPEIROS

Ramal del Circuito dos Cânions, tiene un recorrido hermoso y desafiante, pasando por cascadas, ruinas de una estación de tren y un horno de mineral, atraviesa un túnel ferroviario y, como bono, la sorpresa de encontrar animales salvajes (venados, ocelotes y jaguares) es bastante grande. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3,5 horas **Km totales:** 65

### CIRCUITO DO FAXINAL

El Circuito de Faxinal es uno de los más encantadores de Itapeva con al menos tres ramales conocidos. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 45

### CAMINHO DO QUILOMBO

Ruta que pasa por la Comunidad Quilombo-la de Jaó. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2,5 horas **Km totales:** 35,5

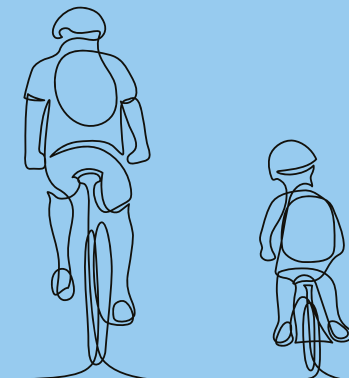
## A VOLTA DOS CÂNIONS

Es uno de los pedales de larga distancia más bonitos, agradables y desafiantes y que parte de Itapeva. Sigue un camino que era una vía férrea que unía el municipio con Paraná. Son 9 km hasta llegar a la carretera SP 258, después de pasar la báscula, en el antiguo camino al Bom Sucesso de Itararé. Los ciclistas ascienden durante 15 km, con una pendiente media del 3%, hasta la sierra que conduce al Bom Sucesso de Itararé. En esta ruta, con caminos asfaltados y de tierra, varios ramales, miradores, cascadas y cortes por el valle, dentro de los cañones. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6,5 horas **Km totales:** 120

### CIRCUITO CAIPIRA DE MTB

La más desafiante de las rutas de bicicleta de montaña de la ciudad, es en esta ruta de aproximadamente 85 km que los atletas y ciclistas se preparan para pruebas y viajes a lo largo de las líneas del Caminho da Fé. Con hermosos paisajes, fuertes subidas y bajadas, el circuito lleva al límite y requiere preparación, pues pone a prueba el cuerpo y la mente de quien se atreve a recorrer sus caminos. Es en este circuito de aventura que encontrarás la hermosa Cascada Sal-tinho do Coqueiral y el Morro do Cruzeiro en el barrio Serrinha da Conceição. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:50 horas **Km totales:** 85

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Rua Martinho Carneiro, 171, Itapeva, São Paulo **Horas de oficina:** 10 am a 9 pm **Teléfono:** (+55 15) 3521-3909 **Correo electrónico:** [depturismo@itapeva.sp.gov.br](mailto:depturismo@itapeva.sp.gov.br) ou [cultura@itapeva.sp.gov.br](mailto:cultura@itapeva.sp.gov.br)







## RIOS DO VALE

RIVERS OF THE VALLEY ROUTE  
RIOS DO VALE

Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## JACAREÍ

Jacareí lançou a primeira rota de cicloturismo: Circuito Bom Jesus - Campo Grande / Circuito Pagador Andrade. O projeto conta com a estruturação de traçar uma rota por mês, percorrendo toda a zora rural da cidade. Outra ação é a sinalização da área rural, facilitando a localização para os grupos de ciclistas que visitam a cidade. **Sites das rotas:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br)

## Rota Campo Grande Bom Jesus

A região do Bom Jesus é cortada pelo Rio Paraíba do Sul. Como não havia ponte que permitisse a travessia do rio, a população fez um caminho bem precário, praticamente uma trilha no meio de uma mata, pela beira do rio até a antiga Vila de Jacareí. Esse caminho cortava o que até hoje é a Fazenda Santa Hilda. O percurso da trilha, usada atualmente para o cicloturismo começa no Parque da Cidade, passando pelo Campo Grande em direção ao Bom Jesus. **Principais acessos e rodovias:** Rodovias Dom Pedro I, Henrique Eroles, Carvalho Pinto, Presidente Dutra e Estrada Municipal Bom Jesus. **Site da rota:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 23.3

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Praça Raul Chaves, s/n, Jacareí, SP

**Horário de Funcionamento:** 9 às 16h

**Telefone:** (12) 3955-9177

**E-mail:** maria.andrade@jacarei.sp.gov.br





Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## JACAREÍ

Jacareí launched the first cycle tourism route: Circuito Bom Jesus - Campo Grande / Circuito Pagador Andrade. The project has the structuring of tracing a route per month, covering the entire rural area of the city. Another action is the signage of the rural area, facilitating the location for groups of cyclists visiting the city. **Route website:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br)

### CAMPO GRANDE BOM JESUS ROUTE

The Bom Jesus region is crossed by the Paraíba do Sul River. As there was no bridge to cross the river, the population took a very precarious path, practically a trail in the middle of a forest, along the riverbank to the old village of Jacareí. This path cut through what is still known as Fazenda Santa Hilda. The trail, currently used for cycle tourism, starts at Parque da Cidade, passing through Campo Grande towards Bom Jesus.

**Main accesses and highways:** Dom Pedro I, Henrique Eroles, Carvalho Pinto, Presidente Dutra and Bom Jesus Municipal Road. **Route website:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 23.3 km

### Tourist information center

#### Address:

Praça Raul Chaves, s/n, Jacareí, SP

#### Opening hours:

From 9 a.m. to 4 p.m.

#### Telephone:

(+55 12) 3955-9177

#### E-mail:

maria.andrade@jacarei.sp.gov.br

## JACAREÍ

Jacareí inauguró la primera ruta de cicloturismo: Circuito Bom Jesus - Campo Grande / Circuito Pagador Andrade. El proyecto tiene la estructuración de trazar una ruta por mes, cubriendo toda la zona rural de la ciudad. Otra actuación es la señalización de la zona rural, facilitando la ubicación a grupos de ciclistas que visitan la ciudad. **Página web:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br)

### ROTA CAMPO GRANDE BOM JESUS

La región de Bom Jesus es atravesada por el río Paraíba do Sul. Como no había puente para cruzar el río, la población tomó un camino muy precario, prácticamente una trocha en medio de un bosque, por la orilla del río hasta el antiguo pueblo de Jacareí. Este camino atravesaba lo que aún se conoce como Fazenda Santa Hilda. La ruta del sendero, actualmente utilizada para el cicloturismo, comienza en el Parque da Cidade, pasando por Campo Grande hacia Bom Jesus. **Principales accesos y carreteras:** Dom Pedro I, Henrique Eroles, Carvalho Pinto, Presidente Dutra y Carretera Municipal Bom Jesus. **Página web de la ruta:** [www.jacarei.sp.gov.br](http://www.jacarei.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 23,3

### Centro de Atención al Turista

#### Dirección:

Praça Raul Chaves, s/n, Jacareí, SP

#### Horas de oficina:

9 am a 4 pm

**Teléfono:** (+55 12) 3955-9177

**Correo electrónico:** maria.andrade@jacarei.sp.gov.br

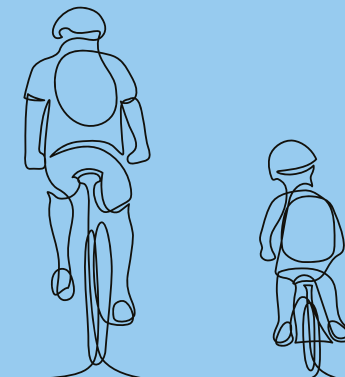






Foto: Aníello de Vita - Expressão Studio

## PARAIBUNA

As Peregrinações de Mogi da Cruzes até a Basílica de Aparecida, a cada ano tem recebido mais e mais peregrinos. Paraibuna é uma das cidades que integram a Rota da Luz. Usar a bike para percorrer os 211 km pode ser uma boa opção para quem quer realizar a experiência em menos dias. A Rota da Luz leva de três a quatro dias para ser percorrida. Isso pra quem optar por um caminho tranquilo, pedalando uma média de 40 a 50 km em média por dia, conforme o condicionamento físico.

**Sites das rotas:** [www.paraibuna.sp.gov.br](http://www.paraibuna.sp.gov.br)

### PARAIBUNA

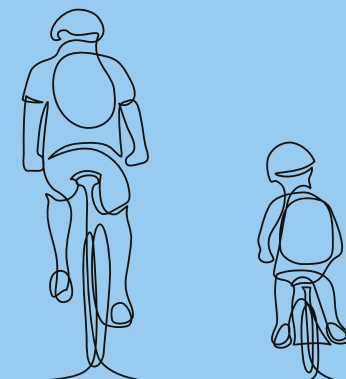
*The pilgrimages from Mogi das Cruzes to the Basílica de Aparecida, has received more and more pilgrims every year. Paraibuna is one of the cities that make up the Rota da Luz. Using the bike to cover the 211 km can be a good option for those who want to complete the experience in fewer days. It takes three to four days to travel the Rota da Luz. It is for those who choose a quiet path, cycling an average of 40 to 50 km per day, depending on physical conditioning.*

**Route website:** [www.paraibuna.sp.gov.br](http://www.paraibuna.sp.gov.br)

### PARAIBUNA

*Las peregrinaciones desde Mogi das Cruzes hasta la Basílica de Aparecida, cada año ha recibido más y más peregrinos. Paraibuna es una de las ciudades que componen la Rota da Luz. Utilizar la bicicleta para recorrer los 211 km puede ser una buena opción para aquellos que quieran completar la experiencia en menos días. La Rota da Luz tarda de tres a cuatro días en viajar. Esto es para aquellos que eligen un camino tranquilo, pedaleando un promedio de 40 a 50 km en promedio por día, dependiendo del estado físico.*

**Página web:** [www.paraibuna.sp.gov.br](http://www.paraibuna.sp.gov.br)





# TIETÊ VIVO

*TIETÊ RIVER ALIVE ROUTE / TIETÊ VIVO*

## ARAÇATUBA

Araçatuba existem aproximadamente 20 grupos de ciclistas e até mesmo uma associação de ciclistas legalmente constituída, a CICLAR. Estes grupos seguem itinerários já estabelecidos, com indicação de quilometragem. Em várias partes da cidade há esta indicação. Assim, os ciclistas definem quantos quilômetros querem pedalar até escolher o itinerário. A jornada média é de 40 quilômetros por passeio. **Sites das rotas:** <https://aracatuba.sp.gov.br/turismo/>

Foto: André Rosa





Foto: André Rosa

## ROTAS

### Rota Colormaq

Rota ciclística indicada para bicicletas de estrada. **Tempo médio para completar a rota: 1h Total de km: 14.7**

### Mini Praça

Rota por estrada, com saída do Shopping Praça Nova. **Tempo médio para completar a rota: 1h30 Total de km: 30**

### Pratinha

Rota com ponto de partida em frente ao Shopping Praça Nova, em direção à Prata, com retorno ao shopping. **Tempo médio para completar a rota: 1h45 Total de km: 35.5**

### Pratona

Rota com saída do Shopping Praça Nova, em direção ao Bairro Rural Prata e retorno. **Tempo médio para completar a rota: 2h20 Total de km: 47.7**

### Rota Jacutinga

Ponto de partida no Shopping Praça Nova, em direção ao Bairro Rural Jacutinga e retorno. **Tempo médio para completar a rota: 1h35 Total de km: 33**

### Rota Bethania - Goiabeiras

Saída do Shopping Praça Nova, em direção a várias propriedades rurais e retorno. **Tempo médio para completar a rota: 1h15 Total de km: 27**





## Rota Brejinho

Partida do Shopping Praça Nova, em direção ao entorno de diversas propriedades rurais, com retorno pela mesma trilha. **Tempo médio para completar a rota:** 1h30 **Total de km:** 29.4

## Rota Volta da Água Limpa

Rota em direção ao bairro rural Água Limpa e retorno. **Tempo médio para completar a rota:** 1h45 **Total de km:** 32.6

## Rota Cabo de Aço - Brejinho

Saída em frente a Padaria Bom Menino, seguindo até o Shopping Praça Nova: **Tempo médio para completar a rota:** 1h40 **Total de km:** 33

## Rota Manga - Escolinha

Trilha com saída do Shopping Praça Nova, em direção à Bilac. **Tempo médio para completar a rota:** 2h20 **Total de km:** 45.6

## Rota Fazenda do Café

Saída em frente a padaria Bom Menino, passando pela Fazenda do Café e chegada no Shopping Praça Nova. **Tempo médio para completar a rota:** 2h10 **Total de km:** 40.6

## Rota Vale Perdido

Saída e chegada em frente ao Shopping Praça Nova. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 34

## Rota Veleiro

Rota com saída e chegada no Posto Adilson, em direção ao Veleiro. **Tempo médio para completar a rota:** 1h45 **Total de km:** 35

## Rota Goulart

Saída e chegada no Posto Universitário. **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 36



## Rota do Coração

O trajeto liga as cidades de Araçatuba a Birigui. **Tempo médio para completar a rota:** 2h **Total de km:** 37

## Rota Scatolin

Rota ciclística Araçatuba-Guararapes. **Tempo médio para completar a rota:** 2h15 **Total de km:** 46

## Rota Final do Asfalto

Rota com saída do Shopping Praça Nova, em direção a Bilac e retorno ao shopping. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 55.4

## Rota Moinho e Córrego

Rota ciclística para praticantes de mountain bike. **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 53.8

## Rota dos Canaviais

Rota com várias trilhas que percorrem os canaviais da região. Uma imensidão de paisagens de campos de cana-de-açúcar. **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 47

## Rota Iporangá - Assentamento

Trilha indicada para praticantes de mountain bike. **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 56

## Rota Taquari

Traçado indicado para praticantes de mountain bike entre Araçatuba, Birigui e Bilac. **Tempo médio para completar a rota:** 4h10 **Total de km:** 60.4

## Rota Cabeça de Cavalo

Rota ideal para praticantes de mountain bike entre Araçatuba, Birigui e Bilac. **Tempo médio para completar a rota:** 4h30 **Total de km:** 64.3

## Rota Bambuzal

Rota Ciclística Araçatuba - Guararapes. Rota ideal para praticantes de mountain bike **Tempo médio para completar a rota:** 5h20 **Total de km:** 75.7

## Rota Caminho dos Anciões

Trilha para praticantes de mountain bike entre Araçatuba - Birigui - Bilac. **Tempo médio para completar a rota:** 5h **Total de km:** 70.3

## Rota Pau de Arara

Rota ciclística entre Araçatuba e Guararapes. **Tempo médio para completar a rota:** 06:00h **Total de km:** 83.5

## Rota Ribeiro do Vale

Rota entre Araçatuba e Guararapes pelas áreas rurais da região. **Tempo médio para completar a rota:** 6h **Total de km:** 90

## Rota Araçatuba 360°

Roteiro que envolve todo o perímetro da cidade de Araçatuba. **Tempo médio para completar a rota:** 6h20 **Total de km:** 94.4

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Avenida Joaquim Pompeu de Toledo, 601, Nova Iorque, Araçatuba, SP - **Horário de Funcionamento:** 10às 22h - **Telefone:** (18) 3625-8636 **E-mail:** turismo.pma@aracatuba.sp.gov.br



Foto: André Rosa

## ARAÇATUBA

In Araçatuba there are approximately 20 groups of cyclists and even a legally constituted association of cyclists, CICLAR. These groups follow established itineraries, with indication of mileage. In several parts of the city there is this indication. Thus, cyclists define how many kilometers they want to cycle before choosing the route. The average journey is 40 kilometers per tour. **Route website:** <https://aracatuba.sp.gov.br/turismo/>

### TOURIST ROUTES

#### COLORMAQ ROUTE

A cycling route suitable for road bikes. **Average time to complete the route:** 1 hour **Total distance:** 14.7 km

#### MINI SQUARE ROUTE

A route by the road, leaving Praça Nova Shopping Mall. **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 30 km

#### PRATINHA ROUTE

Route starting in front of Praça Nova Shopping Mall, towards Prata, returning to the mall. **Average time to complete the route:** 1 hour 45 minutes **Total distance:** 35.5 km

#### PRATONA ROUTE

Route departing from Praça Nova Shopping Mall, towards Bairro Rural Prata and returning. **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 47.7 km

#### JACUTINGA ROUTE

With the starting point at Praça Nova Shopping Mall, it towards Bairro Rural Jacutinga and returns. **Average time to complete the route:** 1 hour 35 minutes **Total distance:** 33 km

#### BETHANY ROUTE - GOIABEIRAS

It departures from Praça Nova Shopping Mall, towards several rural properties and returns. **Average time to complete the route:** 1 hour 15 minutes **Total distance:** 27 km

## BREJINHO ROUTE

It departures from Praça Nova Shopping Mall, towards the surroundings of several rural properties, returning along the same trail. **Average time to complete the route:** 1 hour 30 minutes **Total distance:** 29.4 km

## ROUTE VOLTA DA ÁGUA LIMPA

This route towards the rural district Água Limpa and returns. **Average time to complete the route:** 1 hour 45 minutes **Total distance:** 32.6 km

## ROUTE CABO DE AÇO -BREJINHO

The starting point is in front of the Padaria Bom Menino (Bom Menino Bakery), heading to Praça Nova Shopping Mall. **Average time to complete the route:** 1 hour 40 minutes **Total distance:** 33 km

## ROUTE MANGA-ESCOLINHA

A trail leaving the Praça Nova Shopping Mall, towards Bilac. **Average time to complete the route:** 2 hours 20 minutes **Total distance:** 45.6 km

## COFFEE FARM ROUTE

It departures in front of the Bom Menino Bakery, passing by Fazenda do Café (Coffee Farm) and arriving at Praça Nova Shopping Mall. **Average time to complete the route:** 2 hours 10 minutes **Total distance:** 40.6 km

## LOST VALLEY ROUTE

Departure and arrival in front of Praça Nova Shopping Mall. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 34 km

## SAILBOAT ROUTE

Route with departure and arrival at Posto Adilson (Adilson Gas Station), towards the Veleiro (sailboat). **Average time to complete the route:** 1 hour 45 minutes **Total distance:** 35 km

## GOULART ROUTE

Departure and arrival at the Posto Universitário. **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 36 km

## THE HEART ROUTE

The route connects the cities of Araçatuba and Birigui. **Average time to complete the route:** 2 hours **Total distance:** 37 km

## SCATOLIN ROUTE

Araçatuba-Guararapes cycling route. **Average time to complete the route:** 2 hours 15 minutes **Total distance:** 46 km

## FINAL ASPHALT ROUTE

Route departing from Praça Nova Shopping Mall, towards Bilac and returning to the mall. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 55.4 km

## ROUTE MILL AND STREAM

Cycling route for mountain bikers. **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 53.8 km

## SUGARCANE ROUTE

Route with several trails that cross the sugarcane fields. There are many landscapes of sugarcane fields. **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 47 km

## ROUTE IPORANGÁ - ASSENTAMENTO

Trail suitable for mountain bikers. **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 56 km

## TAQUARI ROUTE

Route suitable for mountain bikers, between the cities of Araçatuba, Birigui and Bilac. **Average time to complete the route:** 4 hours 10 minutes **Total distance:** 60.4 km

## ROUTE CABEÇA DE CAVALO

Ideal route for mountain bikers, between the cities of Araçatuba, Birigui and Bilac. **Average time to complete the route:** 4 hours 30 minutes **Total distance:** 64.3 km

## BAMBUZAL ROUTE

Ideal for mountain biking, a cycling route from Araçatuba to Guararapes. **Average time to complete the route:** 5 hours 20 minutes **Total distance:** 75.7 km

## PATH OF THE ELDERS ROUTE

Trail for mountain bikers, between the cities of Araçatuba, Birigui, and Bilac. **Average time to complete the route:** 5 hours **Total distance:** 70.3 km

## PAU DE ARARA ROUTE

Cycling route between Araçatuba and Guararapes. **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 83.5 km

## RIBEIRO DO VALE ROUTE

Route between Araçatuba and Guararapes, through the rural areas of the region. **Average time to complete the route:** 6 hours **Total distance:** 90 km

## ROUTE ARAÇATUBA 360°

Route that involves the entire perimeter of the city of Araçatuba. **Average time to complete the route:** 6 hours 20 minutes **Total distance:** 94.4 km

## Tourist information center

**Address:** Avenida Joaquim Pompeu de Toledo, 601, Nova Iorque, Araçatuba, SP

**Opening hours:** From 10 a.m. to 10 p.m.

**Telephone:** (+55 18) 3625-8636

**E-mail:** turismo.pma@aracatuba.sp.gov.br



## ARAÇATUBA

En Araçatuba hay aproximadamente 20 grupos de ciclistas e incluso una asociación de ciclistas legalmente constituida, CICLAR. Estos grupos siguen itinerarios establecidos, con indicación de kilometraje. En varios puntos de la ciudad existe esta indicación. Así, los ciclistas definen cuántos kilómetros quieren recorrer antes de elegir la ruta. El trayecto medio es de 40 kilómetros por recorridor. **Página web:** <https://aracatuba.sp.gov.br/turismo/>

### ROTAS TURÍSTICAS

#### ROTA COLORMAQ

Ruta ciclista apta para bicicletas de carretera **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1 hora **Km totales:** 14.7

#### MINI PRAÇA

Ruta por carretera, saliendo del Shopping Praça Nova. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1,5 horas **Km totales:** 30

#### PRATINHA

Recorrido que comienza frente al Centro Comercial Praça Nova, en dirección a Prata, regresando al centro comercial. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:45 horas **Km totales:** 35.5

#### PRATONA

Ruta con salida desde Shopping Praça Nova, dirección Bairro Rural Prata y vuelta. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:20 horas **Km totales:** 47.7

#### ROTA JACUTINGA

Punto de partida en Shopping Praça Nova, dirección Bairro Rural Jacutinga y regreso. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:35 horas **Km totales:** 33

#### ROTA BETHANIA - GOIABEIRAS

Salida desde Shopping Praça Nova, hacia varias fincas rústicas y regreso. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:15 horas **Km totales:** 27

#### ROTA BREJINHO

Salida desde Shopping Praça Nova, hacia los alrededores de varias fincas rústicas, volviendo por el mismo camino. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1, 5 horas **Km totales:** 29.4

#### ROTA VOLTA DA ÁGUA LIMPA

Ruta hacia el distrito rural Água Limpa y regreso. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:45 horas **Km totales:** 32.5

## ROTA CABO DE AÇO - BREJINHO

Ruta hacia el distrito rural Água Limpa y regreso. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:40 horas **Km totales:** 33

#### ROTA MANGA-ESCOLINHA

Recorrido que parte del Shopping Praça Nova, hacia Bilac. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:20 horas **Km totales:** 45.6

#### ROTA FAZENDA DO CAFÉ

Salida frente a la panadería Bom Menino, pasando por Fazenda do Café y llegando al Shopping Praça Nova. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:10 horas **Km totales:** 40.6

#### ROTA VALE PERDIDO

Salida y llegada frente al Centro Comercial Praça Nova. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 34

#### ROTA VELEIRO

Ruta con salida y llegada en Posto Adilson, hacia el Veleiro. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:45 horas **Km totales:** 35

#### ROTA GOULART

Salida y llegada al Puesto Universitario. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 horas **Km totales:** 36

#### ROTA DO CORAÇÃO

La ruta conecta las ciudades de Araçatuba a Birigui. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2 horas **Km totales:** 37

#### ROTA SCATOLIN

Ruta ciclista Araçatuba-Guararapes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:15 horas **Km totales:** 46

#### ROTA FINAL DO ASFALTO

Recorrido con salida desde Shopping Praça Nova, dirección Bilac y regreso al centro comercial. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 55.4

#### ROTA MOINHO E CÔRREGO

Ruta ciclista para ciclistas de montaña. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 horas **Km totales:** 53.8

#### ROTA DOS CANAVIAIS

Ruta con varios senderos que atraviesan los campos de caña de azúcar de la región. Una inmensidad de paisajes de cañaverales. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 47

## ROTA IPORANGÁ - ASSENTAMENTO

Sendero apto para ciclistas de montaña. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 56

#### ROTA TAQUARI

Ruta apta para ciclistas de montaña entre Araçatuba, Birigui y Bilac. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4:10 horas **Km totales:** 60.4

#### ROTA CABEÇA DE CAVALO

Ruta ideal para ciclistas de montaña entre Araçatuba, Birigui y Bilac. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4,5 horas **Km totales:** 64.3

#### ROTA BAMBUZAL

Bicicleta de montaña - Ruta Ciclista Araçatuba - Guararapes **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:20 horas **Km totales:** 75.7

#### ROTA CAMINHO DOS ANCIÕES

Sendero para ciclistas de montaña entre Araçatuba - Birigui - Bilac. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 5 horas **Km totales:** 70.3

#### ROTA PAU DE ARARA

Ruta ciclista entre Araçatuba y Guararapes. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 83.5

#### ROTA RIBEIRO DO VALE

Ruta entre Araçatuba y Guararapes por las zonas rurales de la región. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6 horas **Km totales:** 90

#### ROTA ARAÇATUBA 360°

Ruta que involucra todo el perímetro de la ciudad de Araçatuba. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 6:20 horas **Km totales:** 94.4

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Avenida Joaquim Pompeu de Toledo, 601, Nova Iorque, Araçatuba, SP

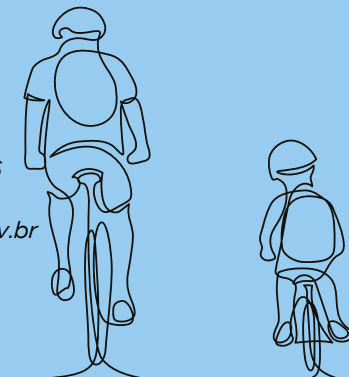
#### Horas de oficina:

10 am a 10 pm

**Teléfono:** (+55 18) 3625-8636

#### Correo electrónico:

[turismo.pma@aracatuba.sp.gov.br](mailto:turismo.pma@aracatuba.sp.gov.br)



# TRILHOS E TRILHAS DA BAIXA MOGIANA

## ESTIVA GERBI

Vale visitar e conhecer as trilhas de bike mapeadas em Estiva Gerbi. A cidade possui um marco de orientação para os ciclistas e o totem traz um indicativo, com os roteiros individualizados e um mapa geral, com todas as rotas que, somadas que juntas somam 328 quilômetros. São 10 trilhas envolvendo estradas rurais, paisagens lindas, muita adrenalina e diversão. **Sites das rotas:** <https://www.estivagerbi.sp.gov.br/turismo/mapa-das-rotas-de-bike-de-estiva-gerbi>



### Trilha 3 Morrinhos

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmF-cUdrajJCN4AIPo2HQTtzDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h48 **Total de km:** 41.18

### Trilha da Onça

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmF-cUdrajJCN4AIPo2HQTtzDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h28 **Total de km:** 28.19

### Trilha do Mato Seco

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmF-cUdrajJCN4AIPo2HQTtzDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 2h14 **Total de km:** 37.39

### Trilha Estiva x Aguaí

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmF-cUdrajJCN4AIPo2HQTtzDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 3h21 **Total de km:** 65.13

### Trilha Irmãos Bardin

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmF-cUdrajJCN4AIPo2HQTtzDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h11 **Total de km:** 19.47





## Trilha Capelinha

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAm-FcUdrajJCN4AIPo2HQTtZDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h07 **Total de km:** 23.07

## Trilha do Indiota

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAm-FcUdrajJCN4AIPo2HQTtZDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 61.31

## Trilha do Italiano

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAm-FcUdrajJCN4AIPo2HQTtZDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 34 minutos **Total de km:** 9.19

## Trilha do Pica-Pau

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAm-FcUdrajJCN4AIPo2HQTtZDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 56 minutos **Total de km:** 15.43

## Trilha do Rancho Grande

**Site da rota:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAm-FcUdrajJCN4AIPo2HQTtZDkpMpr-&usp=sharing> **Tempo médio para completar a rota:** 1h48 **Total de km:** 30.49

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Avenida Mário Zara, 75 - Estiva Velha - Estiva Gerbi - SP

**Horário de Funcionamento:** Segunda à sexta, das 07h30 às 11h30 e das 13 às 17h. Sábado, das 8 às 13h

**Telefone:** (19)3868-6105

**E-mail:** turismo@estivagerbi.sp.gov.br



## RAILS AND TRAILS OF BAIXA MOGIANA ESTIVA GERBI

It is worth visiting and discovering the bike trails mapped in Estiva Gerbi. The city has a guideline for cyclists and a totem with an indication of individual itineraries and a general map, with all the routes that, together, add up to 328 kilometers. There are 10 trails involving rural roads, beautiful landscapes, lots of adrenaline and fun. **Route websites:** <https://www.estivagerbi.sp.gov.br/turismo/mapa-das-rotas-de-bike-de-estiva-gerbi>

### TRAIL 3 HILLS

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 48 minutes **Total distance:** 41.18 km

### JAGUAR TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 28 minutes **Total distance:** 28.19 km

### MATO SECO TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 2 hours 14 minutes **Total distance:** 37.39 km

### TRAIL ESTIVA X AGUAÍ

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 3 hours 21 minutes **Total distance:** 65.13 km

### BARDIN BROTHERS TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 11 minutes **Total distance:** 19.47 km

### CAPELINHA TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 07 minutes **Total distance:** 7.23 km

### INDIOTA TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 61.31 km

### THE ITALIAN TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 34 minutes **Total distance:** 9.19 km

## THE WOODPECKER TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 56 minutes **Total distance:** 15.43 km

### RANCHO GRANDE TRAIL

**Route website:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Average time to complete the route:** 1 hour 48 minutes **Total distance:** 30.49 km

**Tourist information center - Address:** Avenida Mário Zara, 75 - Estiva Velha - Estiva Gerbi - SP **Opening hours:** Monday to Friday, from 7:30 a.m. to 11:30 a.m. and from 1 p.m. to 5 p.m. Saturday, from 8 a.m. to 1 p.m. **Telephone:** (+55 19) 3868-6105 **E-mail:** turismo@estivagerbi.sp.gov.br



Foto: Heitor Dutra

## TRILHOS E TRILHAS DA BAIXA MOGIANA ESTIVA GERBI

Merece la pena visitar y descubrir los carriles bici trazados en Estiva Gerbi. La ciudad tiene una guía para ciclistas y el tótem tiene una indicación, con itinerarios individuales y un mapa general, con todas las rutas que, en conjunto, suman 328 kilómetros. Son 10 senderos de caminos rurales, hermosos paisajes, mucha adrenalina y diversión. **Páginas web:** <https://www.estivagerbi.sp.gov.br/turismo/mapa-das-rotas-de-bike-de-estiva-gerbi>

### TRILHA 3 MORRINHOS

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:48 horas **Km totales:** 41.18

### TRILHA DA ONÇA

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:28 horas **Km totales:** 28.19

### TRILHA DO MATO SECO

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:14 horas **Km totales:** 37.39

## TRILHA ESTIVA X AGUAÍ

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3:21 horas **Km totales:** 65.13

### TRILHA IRMÃOS BARDIN

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:11 horas **Km totales:** 19.47

### TRILHA CAPELINHA

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:07 horas **Km totales:** 23.07

### TRILHA DO INDIOTA

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 horas **Km totales:** 61.31

### TRILHA DO ITALIANO

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 34 minutos **Km totales:** 9.19

### TRILHA DO PICA-PAU

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 56 minutos **Km totales:** 15.43

### TRILHA DO RANCHO GRANDE

**Página web de la ruta:** <https://www.google.com/maps/d/u/0/edit?mid=1ZcAmFcUdrajJCN4AIPo2HQTzDkpMpr-&usp=sharing> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 1:48 horas **Km totales:** 30.49

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Avenida

Mário Zara, 75 - Estiva Velha

- Estiva Gerbi - SP **Horas de**

**oficina:** De lunes a viernes, de

7:30 a 11:30 y de 13:00 a 17:00

horas. Sábado, de 8 a 13 hs.

**Teléfono:** (+55 19) 3868-6105

**Correo electrónico:** turismo@

estivagerbi.sp.gov.br





# COSMÓPOLIS

Cosmópolis tem uma identidade muito forte voltada ao cicloturismo. É comum encontrar pessoas que utilizam a bicicleta como meio de transporte, outras como forma de lazer e também como meio da prática de esportes, em especial mountain bike e BMX. <https://www.facebook.com/cosmopolisturismo> | <https://cosmopolis.sp.gov.br/>



## Rota do Quilombo

Ciclismo de estrada, para praticantes de mountain bike, a brota percorre uma estrada rural com destino ao Cristo Redentor, da Fazenda Batistela.

**Tempo médio para completar a rota:** 30 h **Total de km:** 9

## Rota das Águas Funilenses

Percurso realizado pela CMS 030, passando por área de Mata Atlântica, que dá acesso ao Encanamento, Poção e Ponte de Ferro. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 4

## Rota da Ponte de Ferro

Trilha em estrada rural com lindas paisagens e passagem por área de mata. Acesso ao Haras 3 Amigos, Pesqueiros do Marco e Escama de Prata. **Tempo médio para completar a rota:** 30 minutos **Total de km:** 6.6

## Rota da Divina Providência

Trecho de caminho de peregrinação/romaria, que liga Limeira à Aparecida. **Tempo médio para completar a rota:** 50 minutos **Total de km:** 14

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Avenida Centenário Dr. Paulo de Almeida Nogueira, nº 421, sala 3, Cosmópolis, SP **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h **Telefone:** (19) 3812-3168 **E-mail:** turismo@cosmopolis.sp.gov.br

## COSMOPOLIS

Cosmopolis has a very strong identity focused on cycle tourism. It is common to find people who use the bicycle as a means of transport, others as a form of leisure and also as a means of practicing sports, especially mountain biking and BMX. **Route website:**

<https://www.facebook.com/cosmopolisturismo>

<https://cosmopolis.sp.gov.br/>

### QUILOMBO ROUTE

A road cycling for mountain bikers, the route runs along a rural road towards Cristo Redentor (Christ the Redeemer), from Fazenda Batistela. **Average time to complete the route:** 30 h **Total distance:** 9 km

### ROUTE OF THE FUNILENSES WATERS

Route carried out by CMS 030, passing through an area of Atlantic Forest, which gives access to Encanamento, Poção and Ponte de Ferro. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 4 km

### IRON BRIDGE ROUTE

Trail on a rural road with beautiful landscapes and passage through a forest area. It accesses the Haras 3 Amigos, Marco fishing grounds and Escama de Prata. **Average time to complete the route:** 30 minutes **Total distance:** 6.6 km

### ROUTE OF THE DIVINE PROVIDENCE

It is part of the pilgrimage path, which connects Limeira to Aparecida. **Average time to complete the route:** 50 minutes **Total distance:** 14 km

### Tourist information center

**Address:** Avenida Centenário Dr. Paulo de Almeida Nogueira, nº 421, sala 3, Cosmópolis, SP

**Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m.

**Telephone:** (+55 19) 3812-3168

**E-mail:** turismo@cosmopolis.sp.gov.br

## COSMÓPOLIS

Cosmopolis tiene una identidad muy fuerte centrada en el cicloturismo. Es habitual encontrar personas que utilizan la bicicleta como medio de transporte, otras como forma de ocio y también como medio para la práctica de deportes, especialmente ciclismo de montaña y BMX. **Páginas web:**

<https://www.facebook.com/cosmopolisturismo>

<https://cosmopolis.sp.gov.br/>

### ROTA DO QUILOMBO

Ciclismo de carretera, para ciclistas de montaña, la ruta sigue un camino rural hacia el Cristo Redentor, desde Fazenda Batistela. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 horas **Km totales:** 9

### ROTA DAS ÁGUAS FUNILENSES

Ruta realizada por CMS 030, pasando por el área de la Mata Atlántica, que da acceso a la Fontanería, Poção y Puente de Hierro. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 4

### ROTA DA PONTE DE FERRO

Sendero por camino rural con bonitos paisajes y paso por zona forestal. Acceso a los caladeros de Haras 3 Amigos, Marco y Escama de Prata. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 30 minutos **Km totales:** 6.6

### ROTA DA DIVINA PROVIDÊNCIA

Parte de la peregrinación / camino de peregrinación, que conecta Limeira a Aparecida. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 50 minutos **Km totales:** 14

### Centro de Atención al Turista

#### Dirección:

Avenida Centenário Dr. Paulo de Almeida Nogueira, nº 421, sala 3, Cosmópolis, SP

**Horas de oficina:** 8 am a 5 pm

**Teléfono:** (+55 19) 3812-3168

**Correo electrónico:** turismo@cosmopolis.sp.gov.br

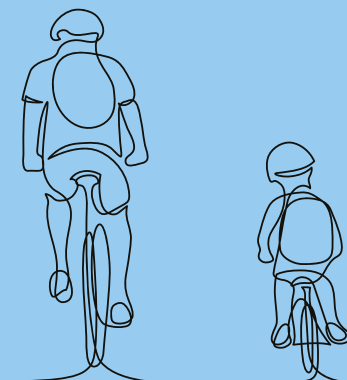






Foto: Ken Chu - Expressão Studio

# ITAPIRA

A cidade conta com rotas na zona rural, com paisagens típicas do interior paulista, ambientes preservados e pontos de parada em estabelecimentos de produtores rurais como alambiques, queijos, doces, cafés, vinícolas, pesqueiros, haras e outros. Itapira está trabalhando para o desenvolvimento e aperfeiçoamento do cicloturismo na cidade e região, reestruturando rotas e atrativos já existentes e investindo em novos circuitos.

**Sites das rotas:** <https://sites.google.com/view/rota32>

## Rota 32

A Rota 32, tem um circuito para caminhadas e cicloturismo, repleta de história, já que passa por locais de relevância na Revolução Constitucionalista de 1932. Todo o circuito é demarcado com placas de quilometragem a cada 10 km, com setas em vermelho indicando a direção. **Site da rota:** <https://sites.google.com/view/rota32> **Tempo médio para completar a rota:** 5h20 **Total de km:** 70

### Posto de Atendimento ao Turista

#### Endereço:

Av. Rio Branco 99, Centro, Itapira, SP

#### Horário de Funcionamento:

8 às 12h e das 13 às 17h30

**Telefone:** 3813-1090

**E-mail:** turismo@itapira.sp.gov.br





Foto: Acervo Prefeitura de Itapira

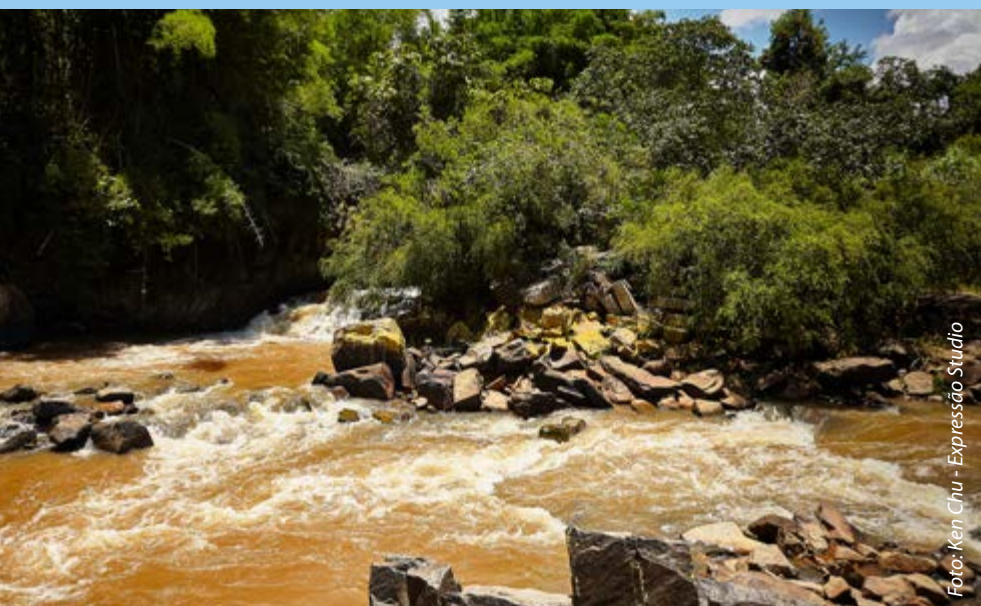


Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ITAPIRA

The city has routes in the rural area, with typical landscapes of the countryside of São Paulo, preserved environments and stopping points in establishments of rural producers such as stills, cheeses, sweets, cafes, wineries, fishing, stud farms and others.

Itapira is working to develop and improve cycle tourism in the city and region, restructuring existing routes and attractions, and investing in new circuits. **Route website:** <https://sites.google.com/view/rota32>

## ROUTE 32

The Route 32 has a circuit for walking and cycling, full of history, as it passes through places of relevance in the Constitutionalist Revolution of 1932. The entire circuit is marked with mileage signs every 10 km, with red arrows indicating the direction.

**Route website:** <https://sites.google.com/view/rota32> **Average time to complete the route:** 5 hours 20 minutes **Total distance:** 70 km

**Tourist Service Desk - Address:** Av. Rio Branco 99, Center, Itapira, SP **Opening hours:** 8 am to 12 pm and from 1 pm to 5.30 pm **Telephone:** (+55 11) 3813-1090 **E-mail:** [turismo@itapira.sp.gov.br](mailto:turismo@itapira.sp.gov.br)

## ITAPIRA

La ciudad tiene rutas en el interior, con paisajes típicos del interior de São Paulo, ambientes preservados y puntos de parada en establecimientos de productores rurales como alambiques, quesos, dulces, cafés, bodegas, pesca, yeguas y otros. Itapira está trabajando para desarrollar y mejorar el cicloturismo en la ciudad y la región, reestructurando las rutas y atracciones existentes e invirtiendo en nuevos circuitos. **Página web:** <https://sites.google.com/view/rota32>

## ROTA 32

La ruta 32 tiene un circuito para caminar y andar en bicicleta, lleno de historia, ya que pasa por lugares de relevancia en la Revolución Constitucionalista de 1932. Todo el circuito está señalizado con señales de kilometraje cada 10 km, con flechas rojas que indican la dirección.

**Página web de la ruta:** <https://sites.google.com/view/rota32>

**Tiempo promedio para completar la ruta:** 5:20 horas **Km totales:** 70

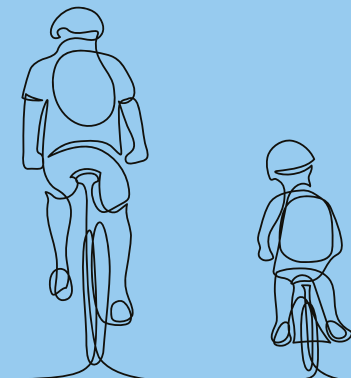
## Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Av. Rio Branco 99, Centro, Itapira, SP

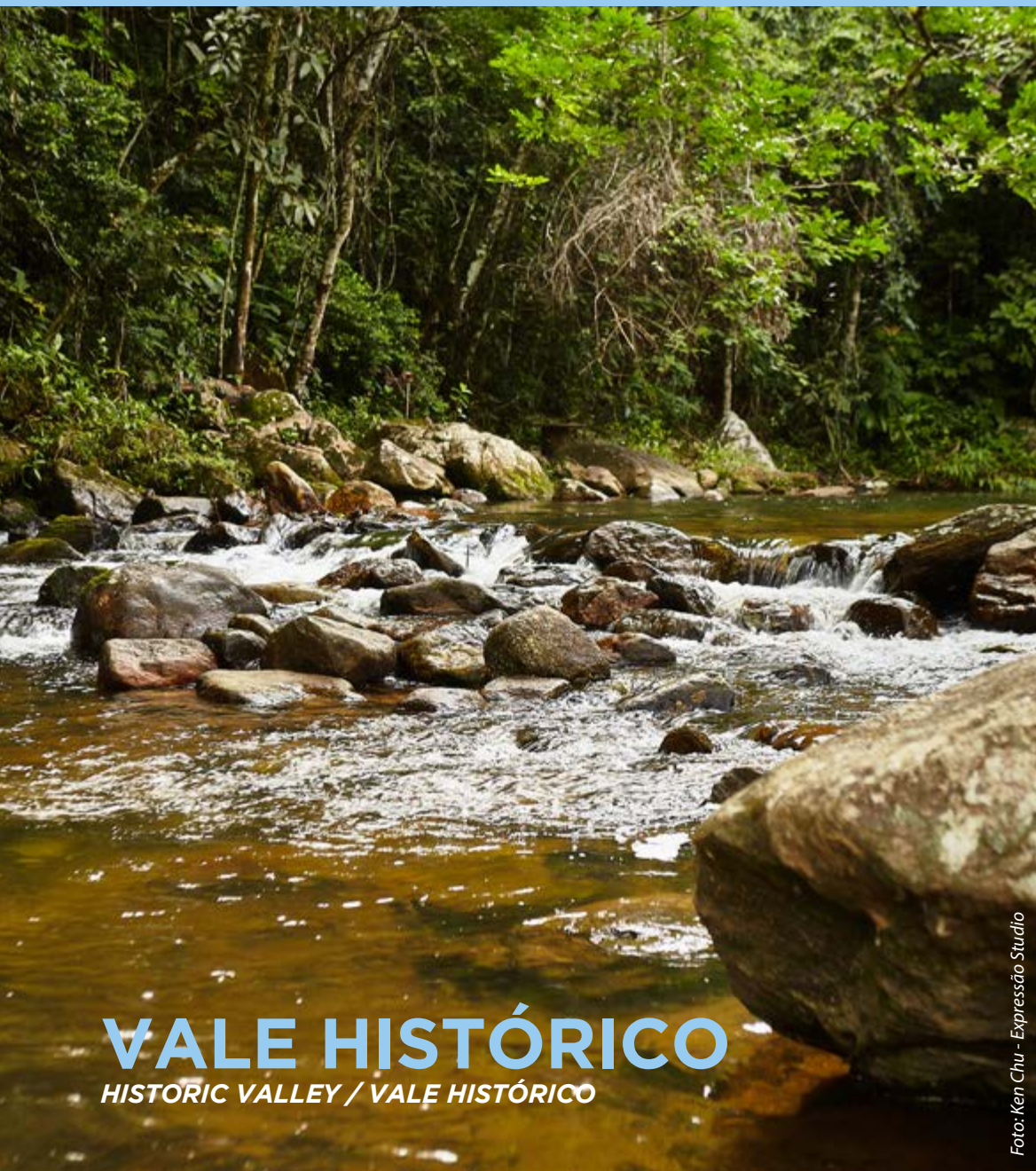
**Horas de oficina:** 8 am a 12 pm y de 1 pm a 5.30 pm

**Teléfono:** (+55 11) 3813-1090

**Correo electrónico:** [turismo@itapira.sp.gov.br](mailto:turismo@itapira.sp.gov.br)







**VALE HISTÓRICO**  
HISTÓRIC VALLEY / VALE HISTÓRICO

Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ARAPEÍ

Arapeí faz parte do circuito que envolve o Vale Histórico do Estado de São Paulo, região onde as Serras da Bocaina e da Mantiqueira se unem. As cidades por onde passa o circuito possuem características marcantes como casarios e palacetes coloniais, alguns do início do século XVIII; além dos registros históricos do Ciclo do Café e da ferrovia Dom Pedro II. Também é cenário do livro Cidades Mortas, de Monteiro Lobato. O Circuito Cicloturístico do Vale Histórico tem o trajeto traçado pelas cidades de Arapeí, Areias, Bananal, Cachoeira Paulista, Canas, Guaratinguetá, Lorena, São José do Barreiro e Silveiras. Esse circuito faz parte de duas regiões turísticas: RT da Fé e RT Vale Histórico.

**Sites das rotas:** <https://www.arapei.sp.gov.br/>

## Circuito Cicloturístico do Vale Histórico

O percurso passa preferencialmente por estradas de terra, acessando pontos de interesse turístico das cidades do Vale Histórico. A rota é um grande incentivo ao turismo local, promovendo o aumento no movimento do comércio, da rede hoteleira e de restaurantes das cidades envolvidas. **Tempo médio para completar a rota:** 9h **Total de km:** 23

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Rua das Missões, 08, Centro, Arapeí, SP, 12870-000

**Horário de Funcionamento:** 7 às 17h

**Telefone:** (12) 3115-1194

**E-mail:** [cultura@arapei.sp.gov.br](mailto:cultura@arapei.sp.gov.br) - [turismo@arapei.sp.gov.br](mailto:turismo@arapei.sp.gov.br)





Foto: Ken Chu - Expressão Studio



Foto: Ken Chu - Expressão Studio

## ARAPEÍ

Arapeí is part of the circuit that surrounds the Historic Valley of the State of São Paulo, a region where the mountain ranges Serra da Bocaina and Serra da Mantiqueira come together. The cities through which the circuit passes have striking features such as colonial houses and mansions, some from the early 18th century, in addition to the historical records of the Coffee Cycle and the Dom Pedro II railway. It is also the setting for the book *Cidades Mortas*, by Monteiro Lobato. The Circuito Cicloturístico do Vale Histórico (Historic Valley Cycling Tour) has its route traced through the cities of Arapeí, Areias, Bananal, Cachoeira Paulista, Canas, Guaratinguetá, Lorena, São José do Barreiro and Silveiras. This circuit is part of two tourist regions: "RT da Fé" and "RT Vale Histórico", the Faith and Historic Valley Tourist Regions. **Route website:** <https://www.arapei.sp.gov.br/>

### HISTORIC VALLEY CYCLE TOUR

The route passes through dirt roads, accessing points of tourist interest in the cities of the Historic Valley. The route is a great incentive for local tourism, promoting an increase in the movement of commerce, hotels and restaurants in the cities involved. **Average time to complete the route:** 9 hours **Total distance:** 23 km

**Tourist information center - Address:** Rua das Missões, 08, Centro, Arapeí, SP, 12870-000  
**Opening hours:** From 7 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 12) 3115-1194 **E-mail:** [cultura@arapei.sp.gov.br](mailto:cultura@arapei.sp.gov.br)  
[turismo@arapei.sp.gov.br](mailto:turismo@arapei.sp.gov.br)

## ARAPEÍ

Arapeí forma parte del circuito que rodea el Valle Histórico del Estado de São Paulo, región donde se unen la Serra da Bocaina y la Serra da Mantiqueira. Las ciudades por las que pasa el circuito tienen características llamativas como casas y casonas coloniales, algunas de principios del siglo XVIII; además de los registros históricos del Ciclo del Café y del ferrocarril Dom Pedro II. También es escenario del libro *Cidades Mortas*, de Monteiro Lobato. La Vuelta Ciclista al Valle Histórico tiene su recorrido trazado por las ciudades de Arapeí, Areias, Bananal, Cachoeira Paulista, Canas, Guaratinguetá, Lorena, São José do Barreiro y Silveiras. Este circuito forma parte de dos regiones turísticas: RT da Fé y RT Vale Histórico. **Página web:** <https://www.arapei.sp.gov.br/>

### CIRCUITO CICLOTURÍSTICO DO VALE HISTÓRICO

El recorrido transcurre preferentemente por caminos de terracería, accediendo a puntos de interés turístico en las ciudades del Valle Histórico. La ruta es un gran incentivo para el turismo local, promoviendo un aumento en el movimiento de comercio, hoteles y restaurantes en las ciudades involucradas. **Tiempo promedio para completar la ruta:** 9 horas **Km totales:** 23

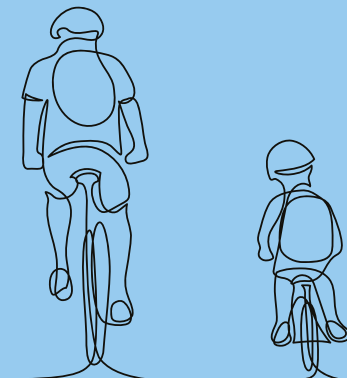
#### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Rua das Missões, 08, Centro, Arapeí, SP, 12870-000

**Horas de oficina:** 7 am a 5 pm

**Teléfono:** (+55 12) 3115-1194

**Correos electrónico:** [cultura@arapei.sp.gov.br](mailto:cultura@arapei.sp.gov.br)  
[turismo@arapei.sp.gov.br](mailto:turismo@arapei.sp.gov.br)







# VEREDAS DA MATA ATLÂNTICA

ATLANTIC FOREST PATHS / VEREDAS DA MATA ATLÂNTICA

Foto: André Rosa

## PIEDADE

Piedade possui ciclofaixa para a prática de ciclismo por iniciantes e famílias. Há também o pelotão, movimento autônomo, que se reúne as terças e quintas-feiras, para pedalar pela cidade. O cicloturismo tem se desenvolvido com a iniciativa da “Associação Ciclorotas Piedade”, que faz o mapeamento de diversas rotas e as disponibiliza por meio QR Codes e aplicativos, em totens espalhados pelos pontos turísticos. Piedade também promove um passeio ciclístico ao mês, por diversas rotas, em estradas municipais, passando por atrativos turísticos, como fazendas e atividades no estilo colha e pague, pousadas, Vila Elvio, Parque Estadual do Jurupará (Pico do Descalvado) e Represa Itupararanga.

### Sites das rotas:

<https://www.instagram.com/ciclorotaspiudadesp/>





Foto: André Rosa

## Rota das Capelas

Foi concebida como uma rota de peregrinação, superação e prática esportiva. A trilha passa por 46 capelas e igrejas, percorrendo todos os bairros de Piedade. O tempo de conclusão da rota está relacionado com o ritmo e a experiência de cada ciclista. O ideal é dedicar cerca de cinco dias para percorrer a rota em etapas, são elas: Trecho da Inspiração, com 50 km. Trecho da Meditação, com 50 km. Trecho da Perseverança, com 45 km. Trecho da Iluminação, com 56 km. Trecho da Graça, com 54 km. **Site da rota:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tempo médio para completar a rota:** 22 h **Total de km:** 254

## Volta da Arraia

A rota ganhou esse nome graças ao traçado visto no mapa, formando um desenho que lembra uma arraia. A trilha se inicia na Praça da Bandeira, região central da cidade, em frente ao prédio histórico Casa da Cultura, antiga casa de câmara e cadeia, tombada pelo CONDEPHAAT e percorre estradas municipais, inclusive a Estrada Carolina Paes Granjeiro, que margeia a Represa de Itupararanga. **Site da rota:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 32

## Vila Elvio até Pico do Descalvado

Rota para observação da natureza e do patrimônio histórico. Tem seu início na histórica Vila Elvio, fundada por família imigrante italiana, na década de 30. Hoje, é uma vila charmosa, que leva seus visitantes para uma verdadeira viagem no tempo. O Pico do Descalvado, localizado no Parque Estadual do Jurupará é um destino muito procurado pelos ciclistas, tanto pelo desafio de chegar ao ponto 1.100m de altitude, quanto pela exuberante vista da Mata Atlântica que proporciona aos seus visitantes. **Site da rota:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tempo médio para completar a rota:** 3h **Total de km:** 35

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Praça da Bandeira, 133, Piedade, SP **Horário de Funcionamento:** Segunda a sexta, das 9 às 17h. **Telefone:** (15) 3244-2843 **E-mail:** turismo@piedade.sp.gov.br



## PIEDADE

Piedade has a cycle lane for beginners and families. There is also the “pelotão”, an autonomous group that meets on Tuesdays and Thursdays to cycle around the city. The cycle tourism has been developed with the initiative of the “Associação Ciclorotas Piedade” (Piedade Cycle Routes Association), which maps different routes and makes them available through QR Codes and applications, in totems scattered throughout the tourist spots. Piedade also promotes a monthly cycling tour, along several routes, on municipal roads, passing by tourist attractions, such as farms and activities of harvest, inns, Vila Elvio, Jurupará State Park (Pico do Descalvado) and Itupararanga Reservoir. **Route websites:** <https://www.instagram.com/ciclorotaspiedadesp/>

### CHAPEL ROUTE

It was conceived as a pilgrimage, overcoming, and practicing sports route. The trail passes through 46 chapels and churches, covering all the districts of Piedade. The route completion time is related to the pace and experience of each cyclist. The ideal is to dedicate about five days to walk the route in stages, they are: Trecho da Inspiração (Inspiration Section), with 50 km, Trecho da Meditação (Meditation Section), with 50 km, Trecho da Perseverança (Perseverance Section), with 45 km, Trecho da Iluminação (Illumination Section), with 56 km, and Trecho da Graça (Section of Grace), with 54 km. **Route website:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Average time to complete the route:** 10 hours **Total distance:** 254 km

### STINGRAY CIRCUIT

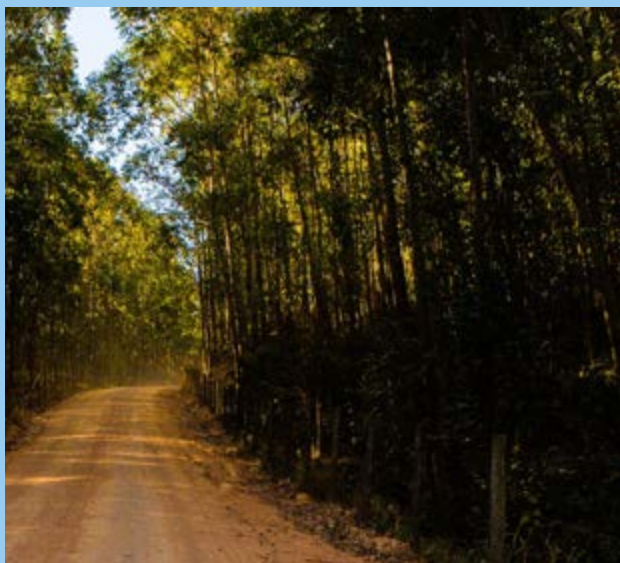
The route got its name thanks to the layout seen on the map, forming a design that resembles a stingray. The trail starts at Praça da Bandeira, in the central region of the city, in front of the historic building Casa da Cultura, a former town hall and jail, listed by CONDEPHAAT, and goes through municipal roads, including the Carolina Paes Granjeiro Road, which borders the Represa de Itupararanga. **Route website:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 32 km

### ROUTE VILA ELVIO TO PICO DO DESCALVADO

Route for observation of nature and historical heritage. It begins in the historic Vila Elvio, founded by an Italian immigrant family in the 1930s. Today, it is a charming village that takes its visitors on a true journey through time. Pico do Descalvado, located in the Jurupará State

Park, is a destination much sought-after by cyclists, both for the challenge of reaching the 1,100m altitude point, and for the exuberant view of the Atlantic Forest that it provides to its visitors. **Route website:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Average time to complete the route:** 3 hours **Total distance:** 35 km

**Tourist information center - Address:** Praça da Bandeira, 133, Piedade, SP **Opening hours:** Monday to Friday, from 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 15) 3244-2843 **E-mail:** turismo@piidade.sp.gov.br



## PIEDADE

Piedade dispone de un carril bici para la práctica de ciclismo para principiantes y familias. También está el pelotão, un movimiento autónomo que se reúne los martes y jueves para recorrer la ciudad en bicicleta. El cicloturismo en se ha desarrollado con la iniciativa de la “Associação Ciclorotas Piedade”, que mapea diferentes rutas y las pone a disposición a través de códigos QR y aplicaciones, en tótems dispersos por puntos turísticos. Piedade también promueve un cicloturismo mensual, a lo largo de varias rutas, en caminos municipales, pasando por atractivos turísticos, como haciendas y actividades en el estilo de cosecha y pago, posadas, Vila Elvio, Parque Estadual Jurupará (Pico do Descalvado) y Embalse de Itupararanga. **Páginas web:** <https://www.instagram.com/ciclorotaspiedadesp/>

## ROTA DAS CAPELAS

Fue concebida como una ruta de peregrinación, superación y práctica deportiva. El sendero pasa por 46 capillas e iglesias, cubriendo todos los distritos de Piedade. El tiempo de realización de la ruta está relacionado con el ritmo y la experiencia de cada ciclista. Lo ideal es dedicar unos cinco días a recorrer la ruta por etapas, son: Tramo de Inspiración, con 50 km. Tramo de meditación, con 50 km. Tramo de Perseverança, con 45 km. Tramo de la Iluminación, con 56 km Tramo de Graça, con 54 km. **Página web de la ruta:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 22 horas **Km totales:** 254

### VOLTA DA ARRAIA

La ruta obtuvo su nombre gracias al trazado que se ve en el mapa, formando un diseño que se asemeja a una raya. El sendero comienza en la Praça da Bandeira, en la región central de la ciudad, frente al edificio histórico Casa da Cultura, antiguo ayuntamiento y cárcel, catalogado por CONDEPHAAT y pasa por vías municipales, incluida la Carretera Carolina Paes Granjeiro, que limita con la Represa de Itupararanga. **Página web de la ruta:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 32

### VILA ELVIO ATÉ PICO DO DESCALVADO

Ruta de observación de la naturaleza y del patrimonio histórico. Comienza en la histórica Vila Elvio, fundada por una familia de inmigrantes italianos en la década de 1930. Hoy, es un encantador pueblo que lleva a sus visitantes a un verdadero viaje en el tiempo. El Pico do Descalvado, ubicado en el Parque Estadual Jurupará, es un destino muy buscado por los ciclistas, tanto por el desafío de alcanzar los 1.100 m de altitud, como por la exuberante vista de la Mata Atlántica que brinda a sus visitantes. **Página web de la ruta:** <https://www.facebook.com/ciclorotaspiedadesp> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 3 horas **Km totales:** 35

### Centro de Atención al Turista

**Dirección:** Praça da Bandeira, 133, Piedade, SP **Horas de oficina:** Lunes a viernes, de 9 am a 5 pm. **Teléfono:** (+55 15) 3244-2843 **Correo electrónico:** turismo@piidade.sp.gov.br







Foto: André Rosa

## SÃO MIGUEL ARCANJO

A cidade é uma grande referência nos circuitos de cicloturismo. Um dos principais é o “Serra da Macaca”, a primeira estrada-parque do Estado de São Paulo. No caminho é possível contemplar rios, cachoeiras e mirantes. **Sites das rotas:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> | <https://www.instagram.com/curtasaomiguel/>

## Ciclorotas Circuito do Arcanjo

É um conjunto de rotas de cicloturismo, com o objetivo de expandir a atividade em todas as extremidades de São Miguel Arcanjo. Como é grande o número de bairros e estradas rurais, foram definidas 10 rotas, que se interligam. Assim ciclistas poderão conhecer novas rotas e lindas paisagens nos campos rurais da cidade. Seus trechos têm variação entre níveis fácil, médio e difícil. **Site da Rota:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> **Tempo médio para completar a rota:** 4h36h **Total de km:** 72.30

**Posto de Atendimento ao Turista - Endereço:** Praça Tenente Urias, São Miguel Arcanjo, São Paulo, SP **Horário de Funcionamento:** 9 às 17h **Telefone:** (15)3279-4398 **E-mail:** turismo@saomiguelarcanjo.sp.gov.br





Foto: André Rosa



Foto: André Rosa

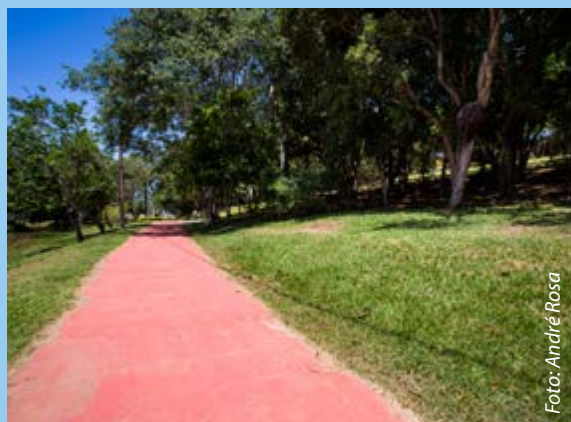


Foto: André Rosa

## SÃO MIGUEL ARCANJO

The city is a great reference in cycle tourism circuits. One of the main ones is the “Serra da Macaca”, the first park road in the State of São Paulo. On the way it is possible to contemplate rivers, waterfalls, and viewpoints. **Route websites:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> | <https://www.instagram.com/curtasaomiguel/>

### CYCLE ROUTE CIRCUIT OF THE ARCHANGEL

It is a set of cycle tourism routes, to expand the activity in all the areas of São Miguel Arcanjo. As the number of neighborhoods and rural roads is large, 10 interconnecting routes were defined. Thus, cyclists will be able to discover new routes and beautiful landscapes in the rural fields of the city. Its sections vary between easy, medium, and hard levels. **Route website:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> **Average time to complete the route:** 4 hours 36 minutes **Total distance:** 72.30 km

**Tourist information center - Address:** Praça Tenente Urias, São Miguel Arcanjo, São Paulo, SP **Opening hours:** From 9 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 15)3279-4398 **E-mail:** turismo@saomiguelarcanjo.sp.gov.br

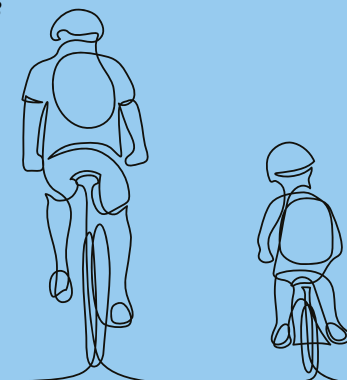
## SÃO MIGUEL ARCANJO

La ciudad es un gran referente en circuitos de cicloturismo. Uno de los principales es la “Serra da Macaca”, la primera vía del parque en el Estado de São Paulo. En el camino es posible contemplar ríos, cascadas y miradores. **Páginas web:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> | <https://www.instagram.com/curtasaomiguel/>

### CICLOROTAS CIRCUITO DO ARCANJO

Es un conjunto de rutas de cicloturismo, para y para expandir la actividad en todos los confines de São Miguel Arcanjo. Como el número de barrios y caminos rurales es grande, se definieron 10 rutas de interconexión. Así los ciclistas podrán descubrir nuevas rutas y hermosos paisajes en los campos rurales de la ciudad. Sus secciones varían entre los niveles fácil, medio y difícil. **Página web de la ruta:** <https://www.strava.com/activities/6313813818> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4h36h **Km totales:** 72.30

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Praça Tenente Urias, São Miguel Arcanjo, São Paulo, SP **Horas de oficina:** 9 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 15)3279-4398 **Correo electrónico:** turismo@saomiguelarcanjo.sp.gov.br



# ECHAPORÃ

Echaporã conta com uma ciclovia de 2.300m e uma paisagem incrível. O uso da bike, tanto como meio de transporte, quanto para lazer e atividade física, cresceu muito e as trilhas na região são as mais variadas. O investimento em estrutura voltada aos ciclistas acompanha esse aumento na demanda.

## Rota Playcenter – Echaporã- Oscar Bressane

A rota segue por estrada vicinal que liga o município de Echaporã a Oscar Bressane. O percurso é feito totalmente em estrada de terra, com nível de dificuldade por conta de muita areia e as subidas das serras. **Site da rota:** [www.echapora.sp.gov.br](http://www.echapora.sp.gov.br) **Tempo médio para completar a rota:** 2h50 **Total de km:** 41

### Posto de Atendimento ao Turista

**Endereço:** Terminal Rodoviário Rua Guaporê, Echaporã, SP **Horário de Funcionamento:** 8 às 17h

**Telefone:** (18)99658-1143 **E-mail:** turismo@echapora.sp.gov.br

### ECHAPORÃ

*Echaporã has a 2,300m cycle path and an incredible landscape. The use of the bike, as a means of transport, for leisure or physical activity, has grown a lot and the trails in the region are the most varied. The investment in structure for cyclists follows this increasing demand.*

### ROUTE PLAYCENTER – ECHAPORÃ – OSCAR BRESSANE

*The route follows a side road that connects the municipality of Echaporã to Oscar Bressane. The route is entirely on a dirt road, with a level of difficulty due to a lot of sand and the climbs of the mountains. **Route website:** [www.echapora.sp.gov.br](http://www.echapora.sp.gov.br) **Average time to complete the route:** 2 hours 50 minutes **Total distance:** 41 km*

**Tourist information center - Address:** Terminal Rodoviário Rua Guaporê, Echaporã, SP **Opening hours:** From 8 a.m. to 5 p.m. **Telephone:** (+55 18) 99658-1143 **E-mail:** turismo@echapora.sp.gov.br

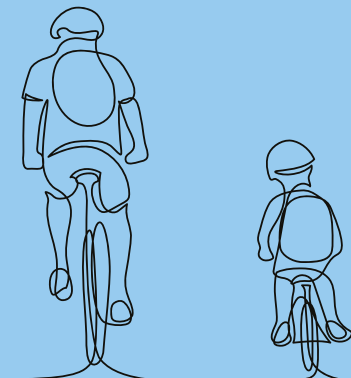
### ECHAPORÃ

*Echaporã tiene una ciclovia de 2.300m y un paisaje increíble. El uso de la bicicleta, tanto como medio de transporte como para el ocio y la actividad física, ha crecido mucho y los senderos de la comarca son de lo más variados. La inversión en estructura destinada a los ciclistas sigue este aumento de la demanda.*

### ROTA PLAYCENTER – ECHAPORÃ- OSCAR BRESSANE

*La ruta sigue un camino lateral que conecta el municipio de Echaporã con Oscar Bressane. El recorrido se realiza íntegramente por camino de tierra, con un nivel de dificultad debido a la mucha arena y las subidas de las montañas. **Página web de la ruta:** [www.echapora.sp.gov.br](http://www.echapora.sp.gov.br) **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:50 horas **Km totales:** 41*

**Centro de Atención al Turista - Dirección:** Terminal Rodoviário Rua Guaporê, Echaporã, SP **Horas de oficina:** 8 am a 5 pm **Teléfono:** (+55 18)99658-1143 **Correo electrónico:** turismo@echapora.sp.gov.br





# BEM VIVER ELIAS FAUSTO

Foto: Paulo Preto





## Rota dos Cavaleiros e Ciclistas

É uma trilha offroad, para praticantes de mountain bike, cavalgada e caminhada. Inicia na Praça dos Arcos, Casa de Memória Caipira, no centro da cidade e segue pela estrada rural Chave Stein, até Indaiatuba. É um trecho bem sinalizado, arborizado e com muitas aves como siriemas, tucanos, maritacas, corujas-buraqueiras, carcarás, andorinha, taperá, bem-te-vis e joões-de-barro. Ao decorrer da rota, é possível encontrar alguns pontos de apoio, passando pelo distrito de Cardeal e mais dois outros em Indaiatuba. Neste trecho é possível passar por um caminho de Ipês cor-de-rosa, antiga casa de fazenda de café, parada de trem, estação cultural de Cardeal. Os turistas também passam por estruturas da antiga Ferrovia Sorocabana, como caixas d'água e portais, que indicam o limite entre as cidades. **Site da Rota:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 2h40 **Total de km:** 23

## Caminho do Sol

### Trecho Salto- Elias Fausto- Capivari

O Caminho do Sol, no trecho de Elias Fausto tem quase 25km, iniciando na divisa de Salto e finalizando na divisa de Capivari. O trecho passa por áreas rurais nas estradas offroad, em meio a plantações diversas, criação de gado, muita natureza e até trechos áridos e sempre com muito sol. Em Elias Fausto os peregrinos e amantes do cicloturismo passam por um exuberante canteiro de girassóis, pela casa de memória caipira e pela igreja matriz de São José. Pelos locais que passam ou visitam, os peregrinos e amantes do pedal recebem um marco nos seus passaportes, que pode ser um adesivo ou carimbo. **Site da Rota:** <http://www.caminhosdosol.org.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 7h **Total de km:** 25

## Rota das Uvas à Samambaia

Esta rota tem como ponto de encontro a Praça dos Arcos ou Café Aliança, em Cardeal ou ainda o Villaggio Pela Vida. O trecho é incrível, já que passa pela por uma região onde o cultivo de uvas invade a paisagem. Turistas podem ter acesso ao Sítio São Sebastião, onde são oferecidas as experiências colhe-pague e café na roça. Outras paisagens rurais observadas na trilha: criação de bovinos e plantações de milho. Entre a rota das uvas e acessando a Samambaia, o ciclista encontra uma “venda” que oferece frutas e mel, produzidos dos arredores. Depois é seguir o trajeto até a Terra de Gigantes, apreciando córregos, grandes e coloridos flamboyants e um relevo irregular com várias subidas e descidas no caminho. Também é possível acessar o Centro de Treinamento de Velocross Rossi (CT Rossi). Em meio à área rural o ciclista conta com a história e cultural locais, e a presença de três pequenas capelas rurais. **Site da Rota:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Tempo médio para completar a rota:** 4h **Total de km:** 50.83



## ELIAS FAUSTO

### ROUTE OF KNIGHTS AND CYCLISTS

It is an offroad trail, for practitioners of mountain biking, horseback riding and walking. It starts at Praça dos Arcos, Casa de Memória Caipira, in the city center and continues along the rural road Chave Stein, to Indaiatuba. It is a well-signposted section, wooded, and with many birds such as siriemas, toucans, parrots, burrowing owls, caracaras, swallows, taperás, bem-te-vis and clay-birds. Along the route, it is possible to find some supporting points, passing through the Cardeal District and two others in Indaiatuba. In this route it is possible to pass through a path of pink Ipês, old coffee farmhouse, train stop, and the Cardeal cultural station. Tourists also pass by structures of the old Sorocabana Railway, such as water tanks and portals, which indicate the limit between the cities. **Route website:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 2 hours 40 minutes **Total distance:** 23 km

### CAMINHO DO SOL ROUTE

#### Section Salto - Elias Fausto - Capivari

The Caminho do Sol, on the Elias Fausto section, is almost 25km long, starting at the border of Salto and ending at the border of Capivari. The trail passes through rural areas on offroad roads, amidst various plantations, cattle raising, lots of nature, and even arid sections, always with lots of sun. In Elias Fausto, pilgrims and lovers of cycle tourism pass through an exuberant flowerbed of sunflowers, the Casa de Memória Caipira, and the São José Church. In the places pilgrims and pedal lovers pass by or visit, they receive a landmark in their passports, which can be a sticker or a stamp. **Route website:** <http://www.caminhodosol.org.br/> **Average time to complete the route:** 7 hours **Total distance:** 25 km

### ROUTE FROM GRAPES TO FERN

This route has as its meeting point the Praça dos Arcos or Café Aliança, in Cardeal or Villagio Pela Vida. The route is incredible, as it passes through a region where the cultivation of grapes invades the landscape. Tourists can have access to Sítio São Sebastião, where the harvest and coffee experiences are offered. There are other rural landscapes observed on the trail: cattle raising and corn plantations. Between the grapes route and close to the Samambaia, the cyclist finds a shop that offers fruits and honey, produced in the surroundings. After it, people can follow the path to the Terra de Gigantes (Land of Giants), enjoying the streams, the large and

colorful flamboyant, and an irregular relief with several ascents and descents on the way. It is also possible to access the Velocross Rossi Training Center (CT Rossi). In the middle of the rural area, the cyclist has the local history and culture, and the presence of three small rural chapels. **Route website:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Average time to complete the route:** 4 hours **Total distance:** 50.83 km



Foto: Paulo Preto

## ELIAS FAUSTO

### ROTA DOS CAVALEIROS E CICLISTAS

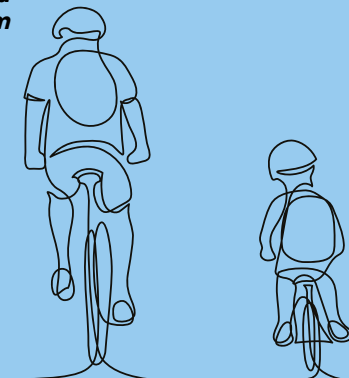
Es un sendero todoterreno, para practicantes de bicicleta de montaña, cabalgatas y caminatas, que comienza en la Praça dos Arcos, Casa de Memória Caipira, en el centro de la ciudad y continúa por el camino rural Chave Stein, hasta Indaiatuba. Es un tramo bien señalizado, arbolado y con muchas aves como siriemas, tucanes, papagayos, lechuzas, carcarás, taperás, bem-te-vis y golondrinas. A lo largo del recorrido es posible encontrar algunos puntos de apoyo, pasando por el barrio de Cardeal y otros dos en Indaiatuba. En este tramo es posible pasar por un camino de Ipês rosa, antigua hacienda cafetalera, parada de tren, estación cultural Cardeal. Los turistas también pasan por estructuras del antiguo Ferrocarril de Sorocabana, como tanques de agua y portales, que indican el límite entre las ciudades. **Página web de la ruta:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 2:40 horas **Km totales:** 23

## CAMINHO DO SOL

### Trecho Salto- Elias Fausto- Capivari

El Caminho do Sol, en el tramo Elias Fausto, tiene casi 25 km de largo, comenzando en la frontera de Salto y terminando en la frontera de Capivari. El tramo transcurre por zonas rurales por caminos todo terreno, entre diversas plantaciones, ganadería, mucha naturaleza e incluso tramos áridos y siempre con mucho sol. En Elias Fausto, peregrinos y amantes del cicloturismo transitan por un exuberante parterre de girasoles, la casa rústica de la memoria y la iglesia parroquial de São José. Por los lugares por los que pasan o visitan, los peregrinos y amantes de los pedales reciben un hito en sus pasaportes, que puede ser una pegatina o un sello. **Página web de la ruta:** <http://www.caminhodosol.org.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 7 horas **Km totales:** 25 **ROTA DAS UVAS À SAMAMBAIA**

Esta ruta tiene como punto de encuentro la Praça dos Arcos o Café Aliança, en Cardeal o Villagio Pela Vida. El tramo es increíble, ya que pasa por una región donde el cultivo de la vid invade el paisaje. Los turistas pueden tener acceso al Sítio São Sebastião, donde se ofrecen las experiencias pago de la cosecha y café en la roça. Otros paisajes rurales observados en el camino: ganadería y plantaciones de maíz. Entre la ruta de la uva y el acceso a Samambaia, el ciclista encuentra una "venta" que ofrece frutas y miel, producida en los alrededores. Luego sigue el camino hacia la Tierra de los Gigantes, disfrutando de arroyos, grandes y coloridos flamboyanes y un relieve irregular con varias subidas y bajadas en el camino. También es posible acceder al Centro de Entrenamiento Velocross Rossi (CT Rossi). En medio de la zona rural, el ciclista cuenta con la historia y cultura local, y la presencia de tres pequeñas ermitas rurales. **Página web de la ruta:** <https://www.eliasfausto.sp.gov.br/> **Tiempo promedio para completar la ruta:** 4 horas **Km totales:** 50.83





# Confira o Guia de Eventos de cada cidade

***Escaneie o QR Code e conheça os serviços aos ciclistas nas Regiões Turísticas.***

*Check the Events Guide for each city. Scan the QR Code and learn about the services for cyclists in the Tourist Regions.*

*Consulta la Guía de Eventos de cada ciudad. Escanea el Código QR e infórmate de los servicios para ciclistas en Regiones Turísticas.*

*Clique aqui*







**GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO**

Secretaria de Turismo e Viagens

# GUIA TEMÁTICO **CICLOTURISMO**

*Thematic Guide Cycle Tourism*  
*Guía Temática Cicloturismo*

GUIA TEMÁTICO DO **ESTADO DE SÃO PAULO**