



Travessia
**LENÇÓIS
MARANHENSES**
7 dias e 6 noites

ALCATEIA TREKKING

PERCURSO

Dificuldade física:
Moderada

Dificuldade técnica:
Fácil

Distância total:

Média de 55km

1º dia: 11km

2º dia: 14km

3º dia: 18km

4º dia: 10km

Resumo:

16/06- Pré roteiro, chegada em São Luís;

17/06- São Luís x Barreirinhas x Passeio de barco x Atins

18/06- 1º dia de travessia;

19/06- 2º dia de travessia;

20/06-3º dia de travessia;

21/06- 4º e último dia de travessia + retorno

São Luís(hostel não incluso);

22/06- Retorno cidade natal



PASSAGENS AÉREAS

Ponto de encontro: São Luís, embarque e desembarque no aeroporto de São Luís. Hostel fica no centro histórico, próximo ao Museu do Reggae.

Ida:

Dia 16/06(segunda) check in no Hostel a partir das 14:00. Caso queira chegar no final de semana, enviamos o contato do hostel, para fecharem mais diárias.

Caso queira turistar em São Luís, pode chegar na segunda de manhã, que a tarde consegue conhecer o Museu do Reggae e outros atrativos.

Resumindo, caso não queira ficar mais dias em São Luís, comprem as passagens nesses dias:

Ida: 16/06(segunda)
Volta: 22/06(domingo)

RETORNO:

Terminamos a travessia dia 21/06(sábado), chegamos por volta das 19:00 em São Luís.

Indicamos comprar a passagem para dia 22/06(domingo), tem bons voos na madrugada. Podem ir direto para o aeroporto no sábado ou dar entrada no hostel e viajar mais tarde no domingo.

No grupo do roteiro, o grupo combina de se encontrar à noite em São Luís pré roteiro, e podem conversar sobre os voos.

Turismo de base comunitária:

Na nossa travessia pelos Lençóis Maranhenses, praticamos o turismo de base comunitário. Isso significa que a experiência vai além da aventura na natureza, envolvendo diretamente a comunidade local. Durante a travessia vamos nos hospedar nas casas de moradores da região

Na primeira noite, ficaremos na casa da avó do nosso guia local, e na segunda noite, na casa da tia dele. Os moradores nos confiam com hospitalidade, oferecendo refeições típicas e conveniência uma tradição cultural autêntica. As casas são simples, mas bem equipadas, com banheiros e uma grande quantidade de redes para garantir o conforto de todos.



Além disso, as casas estão próximas a rios, onde poderemos aproveitar a tarde, e também oferecem bebidas como cerveja, cachaça, sucos e refrigerantes.

Essa prática fortalece o turismo sustentável e garante que os benefícios gerados permaneçam na comunidade, valorizando suas tradições.



Roteiro:

Dia 0 - 16/06- São Luís/Maranhão

- Chegada em São Luís do Maranhão;
- 1 diária pré roteiro inclusa em São Luís (Hostel);

São aproximadamente 20 minutos de uber do aeroporto até o Hostel.

Dia 1 - São Luís x Barreirinhas x Atins

- O transfer sai às 08h30, logo após o café da manhã no hostel;
- Serão cerca de 4h de estrada até Barreirinhas com pausas;
- Chegando em Barreirinhas embarcamos na voadeira;
- A embarcação segue pelo Rio Preguiças com destino a Atins;
- Faremos nossa primeira parada em Vassouras para o almoço no Barracão da Graça. (Não incluso);
- Após o almoço, voltamos a voadeira para conhecer a Vila de Mandacaru, e o Farol, antes de seguirmos para Atins;
- Chegaremos em Atins ao final da tarde, e nos deslocamos até nossa hospedagem;
- Passaremos essa noite em Atins (hospedagem incluída em quartos compartilhados(camas));
- Jantar não incluído.

Dia 2 - Atins x Baixa Grande - 11km

- Café da manhã as 04:30;
- Damos início a travessia às 05h00;
- Primeiros 20km dentro do Parque Nacional são feitos em 4x4 até o ponto inicial da travessia;
- Aqui deixamos o veículo e iniciamos a caminhada;
- Caminharemos 10km até o primeiro oásis, passando por diversas lagoas;
- Dona Maria nos receberá para o almoço em Baixa Grande;
- Visitaremos as lagoas nos arredores com direito ao pôr do sol nas dunas, caminhada curta(1km total) até as lagoas;
- Jantar e pernoite no redário em Baixa Grande.

Roteiro:

Dia 3 - Baixa Grande x Queimada dos Britos - 14km

- Sairemos às 07:00, após o café da manhã, para darmos continuidade a caminhada;
- Caminharemos cerca de 10km até o próximo oásis, com varias paradas para banho;
- Chegando na Queimada dos Britos, Dona Joana nos receberá para o almoço;
- Descansamos até às 16h para ir às dunas assistir ao pôr do sol(aproximadamente 4km total);
- Jantar e pernoite em redário na Queimada dos Britos.

Dia 4 - Queimada dos Britos x Betânia - 18km

- Damos inicio a caminhada às 03h30, após o café da manhã;
- Caminharemos por cerca de 16km;
- Esse trecho é considerado o mais bonito e difícil da travessia;
- Chegaremos para o almoço em Betânia;
- Descansaremos a tarde;
- Pôr do sol próximo ao óasis;
- Jantar e pernoite em redário em Betânia.

Começaremos mais cedo para evitar o sol quente depois das 12h00.

Dia 5 - Betânia x Santo Amaro - 10km

- Após o café da manhã, daremos inicio ao último dia de caminhada;
- Último dia não iremos caminhar, faremos o trecho de caiaque pelo rio.
- Chegaremos em Santo Amaro próximo da hora do almoço(não incluso);
- Após o almoço, embarcaremos no transfer de volta para São Luís, previsão de chegada às 19:00.
- Fim da Travessia dos Lençóis Maranhenses.

Informações adicionais:

Caminhada - É possível realizar toda a travessia descalço, porém, é possível desenvolver bolhas nos pés em contato direto com a areia por tanto tempo, portanto, caminhar de meias é o mais recomendado.

Calçado - Não é necessário levar bota ou tênis de caminhada, leve consigo apenas chinelos ou papetes para maior comodidade nas áreas de pernoite.

Sol - Use e abuse do protetor solar, use blusas de manga comprida com proteção UV, chapéu, bandana tubular, e óculos escuros. Não há sombra durante a caminhada.

Água - Você poderá comprar água mineral nas casas de apoio, mas leve com você métodos de purificação como ClorIn, para a necessidade de abastecer da água das lagoas.

Carga - Não abuse da bagagem, atente-se a aba “o que levar” abaixo para caminhar apenas com o necessário.



O que levar?

Equipamentos individuais:

- Mochila entre 20 a 30L;
- Lanterna Headlamp + Pilhas reserva;
- Recipientes para o transporte de água (mínimo 1,5L);
- Remédios de uso pessoal;
- Produtos de higiene pessoal;
- Protetor solar creme ou spray;
- Repelente;
- Canga;
- Óculos de mergulho(opcional);
- Carregador portátil (tem tomadas nos redários);

Vestuário para caminhada:

- Pares de meias de material sintético;
- Chinelo ou papete;
- Shorts ou calça apropriados para longas caminhadas;
- Camisetas de material sintético com proteção UV, preferencialmente de manga comprida;
- Boné/chapéu;
- Óculos escuros;
- Bandana tubular.

Vestuário para noite:

- Trocas de roupas secas;
- Chinelo ou papete;
- Vestido leve / calça com tecido leve.
- Toalha de micro fibra (ocupa menos espaço);

O que levar?

Lanches:

- Biscoitos doces e/ou salgados;
- Barrinhas proteicas;
- Frutas secas(damasco, castanhas, uva passa...);
- Salgadinhos;
- Chips de banana frita;
- Doces(chocolates, snickers, bananinha doce, rapadura...);

Refeições

Teremos café da manhã, almoço e jantar nas casas dos moradores onde nos hospedaremos. Isso significa que você não precisa levar muitos lanches para a travessia; basta trazer algo para petiscar e matar a fome nos intervalos entre as refeições.

Recomendamos que você leve esses lanches de Belo Horizonte, pois pode ser difícil encontrar seus produtos preferidos nos mercados de São Luís. O mercado mais próximo do hostel fica a 1,7 km de distância. Caso você chegue com tempo em São Luís, pode aproveitar para turistar no centro.

Como são as refeições?

Café da manhã: bolo, tapioca ou pão de forma, ovos e frutas, café e sucos.

Almoço e jantar: arroz, feijão, macarrão, salada, peixe e frango.

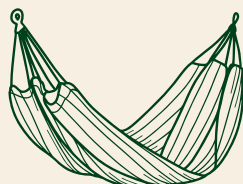
As refeições de café da manhã, almoço e jantar seguem esse padrão na maioria das casas. Para quem não come carne, é possível solicitar uma omelete. Cada casa pode variar um pouco o café da manhã, mas em geral, esses são os itens disponíveis.

Incluso:

- Guia Alcateia com certificação em primeiros socorros em áreas remotas (Wafa);
- Guias nativos dos Lençóis;
- 1 diária Hostel São Luís;
- Transfer saindo de São Luís para Barreirinhas;
- Passeio de voadeira de Barreirinhas para Atins;
- 4x4 do Porto até o hostel em Atins;
- Hospedagem em Atins com café da manhã;
- Translado de 4x4 no primeiro dia;
- Café da manhã, almoço e jantar na casa dos nativos nos oásis;
- Pernoites em redário na casa dos nativos;
- Transfer de Santo Amaro para São Luís;
- Seguro Roca aventura;
- Camiseta exclusiva Alcateia Trekking;
- Bandana exclusiva Alcateia Trekking;
- Passeio de caiaque;

Não incluso:

- Alimentações não descritas no pdf;
- Hospedagens pós roteiro em São Luís;
- Custos com veículo em casa de desistência durante a travessia;
- Passagens aéreas;



Dúvidas:

Durante a travessia teremos pontos de abastecimento de água?

Não indicamos beber a água das lagoas, já que são formadas por água de chuva. Nos redários tem a venda de água mineral de 1,5 e de 500ml.

Qual as maiores dificuldades da travessia?

Exposição ao sol e a areia fofa.

Oásis vendem bebida?

Sim, eles vendem cerveja, refrigerantes e sucos..

Lagoas são fundas?

Cada lagoa é diferente, desde as cores, profundidades, altura das dunas nos arredores... tem lagoas fundas e lagoas rasas

É frio a noite?

Não, as noites não são frias nos redários. Na verdade os dias são bem quentes. Indicamos levar um blusa de manga fina para dormir(bastante pernilongos).

Tem wifi nos redários?

Sim, porém é bem lento e usado mais para pagamentos em pix.

Dúvidas:

Tem como lavar roupa?

Sim, é possível lavar as blusas e shorts nos redários e rapidinho seca com o vento e sol a tarde.

No redário tem lençol para dormir?

Sim, nas 3 noites eles entregam um lençol a noite.

Vendem lanches nos redários?

Não tem vendas de lanches(frutas e sanduíches) nos redários. Na 3º noite tem um mercadinho do lado do redário, é possível comprar algum biscoito para comer no 4º e último dia da travessia.

Quantas blusas devo levar?

Indicamos levar 2 blusas, já que é possível lavar nos redários e dessa forma diminui o peso na mochila. Todos ganharão um blusa laranja com proteção uv da Alcateia Trekking.

É necessário comprar sapatilha para caminhar na areia ou alguma meia específica?

Para caminhar nas dunas de areia, não é necessário usar sapatilha específica. A areia não é quente, então você pode caminhar descalço sem problemas. No entanto, para evitar atrito e bolhas, recomendamos o uso de meias, preferencialmente de poliamida, pois elas ajudam a reduzir o atrito e não retêm a umidade como as meias de algodão.