



## **Trilha Leve – Cachoeiras do Horto – Parque Nacional da Tijuca**

### **Descrição do Roteiro:**

Uma ótima dica para quem quer fugir de praias cheias e, de quebra, fazer um passeio tipicamente carioca é ir conhecer as **cachoeiras do Horto**, um passeio leve e que não exige muito preparo físico.

As cachoeiras integram o Parque Nacional da Tijuca, área de preservação ambiental criada em 1961 e composta quatro setores: Floresta da Tijuca, Serra da Carioca, Pedra Bonita e a Pedra da Gávea. Vale a pena conhecer!

As cachoeiras do Horto são: da Quebra e do Chuveiro.

A cachoeira do Quebra é bem rasa e é ideal para crianças. A queda à frente é bonita, mas apenas para admiração, não dá para entrar e tomar banho lá. Seguindo em direção à cachoeira, é possível ver logo à direita o início da trilha para a Cachoeira do Chuveiro. A trilha é bem fácil com escadas naturais de raízes e com a maior parte do caminho bem delimitado e aberto. Em um dado momento é possível dar aquele impulso usando correntes afixadas nas pedras. O único é uma “parede” feita pelas raízes de uma árvore, pois a trilha muda de nível nesse momento. Isso quer dizer uma coisa: mini-escalada! Se você se divertia subindo em árvores ou na pracinha subindo naquele brinquedo que fazia a criança ficar quase que de cabeça para baixo na época da infância vai tirar isso de letra.

Mais alguns minutos de caminhada e chega-se no famoso Chuveiro que é bem rasa e não dá para mergulhar. A graça é curtir a forte ducha natural que cai a 5 metros de altura. Como o local é bem protegido por árvores, só bate sol entre 11h e 13h. Se o dia não estiver muito quente o legal é se programar para chegar lá nesse horário.

### **O que levar?**

Vestimentas: Mochila, roupa de banho, bota ou calçado de caminhada já usado anteriormente (macio), saco plástico, toalha, meias e repelente;

Suprimentos: Gatorade, Mel, Barras de Cereais, Barras de Proteínas, Frutas secas, Chocolates, Biscoitos, Sucos, Água (2l) e se for reabastecer com água da cachoeira não se esquecer do clorim;

Não esquecer: Máquina fotográfica e pilhas carregadas, repelente, óculos escuro, protetor solar, boné e medicamentos particulares (estes deverão constar na termo de compromisso).

### **Informações operacionais**

Duração: 2 horas (ida e volta)

Nível: Leve

Ponto de Encontro: Consultar – fechado de acordo com o tipo de evento (aberto ou privado)

Valores: sob consulta

### **Transporte**

Caso o grupo opte por Van Executiva, haverá acréscimo no valor – sob consulta;

Forma de pagamento: 50% do valor antes do evento, Depósito bancário, PagSeguro ou em espécie no dia do evento;

Classificação: Trilha

Equipe: Um guia cadastrado pela EMBRATUR a cada 10 participantes.

Seguro: Opcional

Ficha de cadastro: Obrigatória – solicite ao confirmar o evento

Termo de Responsabilidade: Obrigatória – solicite ao confirmar o evento

Proibido: Ingerir bebidas alcoólicas antes e durante a trilha