

## 113ª CE: Serrinha \*

Local: Bairro do Registro

Percurso: 16,8 km de caminhada

Data: Dom, 03/07 - dia ensolarado

Número de participantes: 08



O grupo se encontrou em frente ao Horto Municipal e seguiu de van até a estrada para Ubatuba. A caminhada iniciou-se na estrada de terra, à esquerda, pelo local conhecido como Serrinha (foto1). Pela estrada bucólica (foto2), a paisagem montanhosa com lagos e rios tornou a caminhada muito agradável. Foram avistadas várias propriedades rurais, com criação de cavalos, gado e aves. Singelas capelinhas (foto3), à beira da estrada, relatam a religiosidade dessas comunidades rurais. Foram vistas várias fazendas como, por exemplo, a Fazenda Una da Votorantim e a Fazenda Santa do Mazzaropi. Como sempre, foram encontrados outros admiradores da natureza e das práticas desportivas: dois ciclistas que percorriam o mesmo trajeto. Ainda havia mais um trecho de terra antes de chegar ao asfalto. Depois de mais um tempo caminhando foi alcançado o Museu Mazzaropi (foto4) e ao lado o Hotel Fazenda Mazzaropi. Nesse ponto a caminhada chegava ao fim e a maioria se deslocou ao ponto de ônibus, onde pegou a condução para a rodoviária, mas alguns decidiram prolongar um pouco mais a caminhada e foram até o Horto. Dessa forma, foi encerrada mais uma CE da CamEcol.

\* Informações gentilmente cedidas pelo atleta Lauro

### PROGRAMAÇÃO PARA AGOSTO

06 – Sábado, 13h

3º Torneio "Os Melhores do Xadrez"

Local: Casa da Stella

07 – Domingo, 7h

114ª CE: Bairro do Baracéia, Taubaté \*\*

Saída: Horto Municipal, Taubaté

Obs: Trazer 1 kg de alimento

20 – Sábado

Pesquisa: Ribeirão Grande ao Pico do Itapeva \*\*

28 – Domingo, 5h

51ª TRILHA: Pico do Cume, Extrema \*\*

Nível: médio

29 – Segunda, 20h

Reunião, Sede

30 – Terça

Início dos Treinos para a 31ª CR para Aparecida

Local: Praça Santa Terezinha

\*\* Nota: levar lanche e água

### AVISOS e NOTÍCIAS:

- Dia 09/07 ocorreu a confraternização "Festa Junina", na casa da Stella com muitos comes e bebes e muita diversão;

- Dia 31/07 ocorreu o TCL Campeonato Brasileiro - São Paulo x Vasco, no Morumbi, realizado com muito sucesso;

- Dia 01/08 ocorreu a reunião mensal. Foram discutidos os eventos do mês anterior e os do próximo mês. Também foram levantadas as informações para esta edição do INFORMATIVO.

### EVENTOS:

- Programação SESC Taubaté: <http://issuu.com/sesctaubate/docs/agostoissu2011>

- Programação do Guia Taubaté <http://www.guiataubate.com.br/> - ver "agenda completa"

- 06, 07, 13 e 14 de agosto, das 10h às 16h 30: 43ª Festa da Cerejeira em Flor, no Parque da Cerejeira, R. Tassaburo Yamagushi, 2173, Vila Albertina, (12) 3662-2911



**GLOBAL AUTO CENTER**

EXCELÊNCIA EM QUALIDADE

C.N.P.J. 04.970.951/0001-44 - I.E. 688.230.313.119

**Pneus – Alinhamento – Balanceamento  
Freios – Suspensão – Escapamentos  
Som – Alarmes – Acessórios em geral  
Conversão bi-combustível**

**Tel.: (12) 3624-3325 / Fax: (12) 3635-2778  
Av. Granadeiro Guimarães, 505 Taubaté**



**MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA**

**R. Condessa de Vimieiro, 400, Alto do Cardoso, Pindamonhangaba, (12)  
3642-2688**

## 49ª Trilha: Pico dos Marins \*\*\*

Local: Piquete

Percurso: 110 km de van (ida) + 12km de trilha (ida e volta) \*\*\*\*

Data: Dom, 22/05 - dia ensolarado

Número de participantes: 29

Devido à distância, a saída foi programada para uma hora antes, mas ocorreu com um pequeno atraso. A partir da cidade de Piquete, uma estrada sinuosa conduz até o Acampamento Base Marins, onde a trilha foi iniciada por volta das 9h. O local estava muito cheio, estacionamento lotado e muitos grupos percorrendo a trilha. Há o Bar do Milton, que além de bebidas e alimentação, fornece folders e informações aos trilheiros. Apenas alguns trechos são de mata fechada. O terreno é rochoso e a maior parte da trilha prosseguiu por local aberto com vegetação rasteira. Apesar de a previsão inicial ser de



alguns trilheiros permanecerem no Morro do Careca, todos ultrapassaram esse ponto. A trilha é composta por uma sucessão de subidas e descidas íngremes. Há tótems (pedras empilhadas) e marcações nas rochas (pinturas de faixas, setas e marcas arredondadas) para indicar o caminho. No entanto, há bifurcações que podem conduzir a áreas de risco e/ou de difícil progressão ou ainda a locais sem saída. Há uma área de acampamento, mas infelizmente é mal utilizada. Ao invés das pessoas trazerem seu lixo de volta, alguns ateiam fogo para queimá-lo gerando dano ambiental e risco de incêndios. Além de comprometer a qualidade da água que é relatada como imprópria para consumo, nessa área. Havia vários grupos que percorriam a trilha nesse dia e todos deixavam parte de seus integrantes pelo meio do caminho, devido ao grau de dificuldade e longa extensão do percurso. Entretanto, a opinião unânime de quem já percorreu a trilha, é que ela tem um visual bellissimo (foto) e vale a pena mesmo para aqueles que não a completam até o Pico dos Marins, pois é muito bonita e oferece vários mirantes durante o percurso. Devido ao horário avançado, para não comprometer a segurança do grupo, foi solicitado o retorno, antes de completar a trilha. Faltava uma descida e a última subida pra completar o percurso, no entanto não seria possível percorrer esta parte e retornar ainda com dia claro. Foi realizada uma parada para lanche no retorno a Taubaté e, como usual, foi feita a premiação dos atletas exemplares e encerramento da trilha com a foto do grupo.

\*\*\* Informações gentilmente cedidas pelos atletas Lauro e Ilzete

\*\*\*\* Distâncias aproximadas

## Dicas para viagens e trilhas

### Escolha do traje:

26. Escolha o calçado adequado à trilha. Considere o tipo de terreno a ser percorrido e a duração da caminhada. Tênis leves e macios são bons para terrenos regulares. Botas de cano longo e solado antiderrapante são boas para terrenos acidentados, pois evitam torções, escorregões, entrada de pedrinhas e insetos, mas geralmente são mais pesadas. Calçados à prova d'água oferecem proteção nos dias chuvosos ou na passagem por locais alagados;

27. Jamais estríe o calçado novo na trilha, pois não se sabe se ele aperta, atrita e/ou causa bolhas nos seus pés. Pode parecer muito confortável quando se experimenta na loja ou numa caminhada de 5min, mas pode machucar depois de horas de trilha. Calçados devem ser testados e amaciados antes de serem colocados em uma trilha longa. Teste primeiro em caminhadas perto de sua casa, por exemplo;

28. Use boas meias de algodão e tenha as unhas dos pés bem cortadas;

29. Luvas podem ser úteis. Algumas têm um revestimento emborrachado nas palmas para "agarrar" que podem auxiliar nas "escalaminhadas", por exemplo. Serve também para proteger de arranhões e esfolados;

### Equipamentos:

30. Se for de carro, faça uma revisão, verifique e calibre pneus (e estepe), encha o tanque, pegue chaves de reserva, cópias dos documentos do veículo e da seguradora;

### *Parabéns aos ANIVERSARIANTES:*

01 - Marcelo Pinha  
01 - Marcos Ferreira Meireles  
08 - Denise Santana Mendes  
09 - Aristides Barbosa de Moraes Filho  
13 - Cristiane Barbosa Silva Neves  
22 - Andrea Maria de Oliveira  
22 - Eliane Cristina de Oliveira  
25 - Claudina Lopes da Silva

### *EXPEDIENTE*

Editor: Lauro Natal Monteiro  
Redatora: Nanci Naomi Arai  
Revisor: Daniel M. Katsurayama  
Tiragem: 100 exemplares

**Apata**

Associação Protetora dos  
Animais de Taubaté

Adote um animal e/ou  
ajude a APATA a  
cuidar deles

<http://www.apatasp.org.br/apata.asp>  
[apata.taubate@hotmail.com](mailto:apata.taubate@hotmail.com)

3011-1176 - das 14 às 18h

