

## 119ª CE: Sítio Dom Carmelo

Local: Bairro do Ipiranga, Taubaté

Percurso: 17 km de caminhada

Data: Dom, 08/01 - dia nublado/ensolarado

Número de participantes: onze

Dessa vez, excepcionalmente, a CE ocorreu no segundo domingo do mês, devido às datas festivas de início do ano. Contamos com a ilustre participação de duas atletas de São José dos Campos e de um atleta de São Paulo. Partimos do Horto Municipal e seguimos pela Av. Bandeirantes, em direção



à Pinda, margeando a Dutra. Fomos até o túnel e pegamos a R. Isidoro Nogueira Tinoco, passando por dentro do B. Chácara Silvestre até encontrar a Estr. do Ipiranga. Passamos em frente ao Depto de Ciências Agrárias da Unitaú e à Estação de Captação e Tratamento de Água. Atravessamos a ponte do Rio Una. Vimos muito gado nos pastos à beira da estrada e várias mangueiras carregadas. Na esquina onde há uma capela, pegamos a estrada à direita. Vimos vários passarinhos, inclusive duas aves enormes que estavam numa chácara e, ao que tudo indica, são avestruzes (foto). Passamos pelo Sítio Dom Carmelo e, em frente, vimos pés de figo da índia. Vimos muitos leitõezinhos e mais gado. Paramos para lanchar em frente à igreja que foi cenário de um dos filmes de Mazzaropi. Prosseguimos e caminhamos por um curto trecho de terra, a Estr. Municipal do Taboão, todas as demais vias são asfaltadas. Passamos pelo Bavex, pela igreja do B. São Judas Tadeu e pelo Hotel Fazenda Mazzaropi. Paramos no ponto de ônibus, mas decidimos fazer todo o trajeto a pé. Vimos, do lado esquerdo da estrada, um belo casarão antigo cercado de árvores floridas, que parece ser de uma fazenda. Passamos pela entrada do Parque Municipal Vale do Itaim, seguimos pela Av. São Pedro e paramos para tirar algumas fotos em frente à Casa dos Fantoches, onde um pequeno painel para encenação dos bonecos estava montado. Finalmente chegamos ao Horto Municipal, encerrando assim mais uma CE da CamEcol.

### PROGRAMAÇÃO PARA FEVEREIRO

05 – Domingo, 7h

120ª CE: Cachoeira Grande, Lagoinha \*

Saída: Horto Municipal, Taubaté

Obs.: Trazer 1 kg de alimento

26 – Domingo, 4h

57ª Trilha: Praia do Saco das Bananas, Ubatuba \*

Nível: Média trabalhosa

27 – Segunda, 20h

Reunião, Sede

28 – Terça, 19h30min

Início dos Treinos para a 8ª CR "Pelos Caminhos da Fé"

Local: Praça Santa Terezinha

\* Nota: levar lanche e água

### AVISOS e NOTÍCIAS:

- Dia 15/01 foi feita a pesquisa da trilha Praia Saco das Bananas. Foi realizada com êxito, porém a estrada de acesso ao início da trilha está em péssimo estado de conservação, fato que inicialmente fez com que essa trilha fosse retirada da programação. No entanto, após algumas discussões e análise das distâncias obtidas pelo GPS, optou-se por manter essa trilha, porém incluindo a estrada de terra no trecho a ser percorrido a pé. Devido a esse fato, a trilha foi reclassificada, visto que houve o aumento de 8 km no percurso da trilha;

- Dia 30/01 foi realizada a reunião mensal, na qual foram discutidos os eventos já realizados e os do próximo mês;

### EVENTOS:

- Programação SESC Taubaté: [http://issuu.com/sesctaubate/docs/issuu\\_fevereiro\\_2012](http://issuu.com/sesctaubate/docs/issuu_fevereiro_2012)

- Guia Taubaté <http://www.guiataubate.com.br/canais/agenda,1,0,2,2012,,.html>



**GLOBAL AUTO CENTER**

EXCELÊNCIA EM QUALIDADE

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

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

**A DENGUE MATA - FAÇA SUA PARTE:  
NÃO DEIXE ÁGUA PARADA**



• Jogue no lixo todo objeto que possa acumular água, como embalagens usadas, potes, latas, copos, garrafas vazias etc.

## 56ª Trilha: Sete Praias \*\*

Local: Ubatuba

Percurso: 117 Km de van (ida) + 9,5 Km de trilha (total)

Data: Dom, 29/01 – dia ensolarado

Número de participantes: 42

Para iniciar bem o ano, repetimos essa trilha que oferece belas paisagens e é fácil possibilitando a participação de três vans. A viagem foi tranquila e foi feita uma parada para o café da manhã. Prosseguindo viagem, seguimos pelas praias do Litoral Sul até um dos condomínios da Praia Lagoinha. Desde o início apareceram boas oportunidades para fotos, o local estava cheio de caranguejos azuis. Logo, chegamos à Praia Lagoinha, onde foi necessário atravessar um rio para chegar ao início da trilha em si. Vimos a primeira placa da “Rota Pedestre”, que é nova, não estava lá no ano passado. O trajeto sombreado segue margeando a costa com belos vislumbres do mar. Logo, avistamos a pequena e deserta Praia do Oeste ou Cruzada. Depois de atravessá-la, percorremos poucos metros até chegar à Praia do Peres. Continuamos pela trilha, que prossegue à beira-mar, fornecendo um lindo visual da costa e



## Dicas para viagens e trilhas

45. Quem tem rinite alérgica e toma algum remédio contra alergia, deve levar o medicamento por precaução, pois uma visita a um museu ou um cobertor numa pousada pode desencadear uma crise alérgica;

46. Faça o seu *checklist* de viagem, ou seja, uma lista com todos os itens que julgar necessários. Na hora que montar a mochila confira um a um e assim não corre-se o risco de esquecer algo importante;

47. Exemplo de *checklist* para trilhas de 1 dia: Protetor solar, protetor labial, manteiga de cacau, repelente de insetos, óculos de sol, boné, capa de chuva, luvas, uma muda de roupa, toalha, água, lanche, canivete, lanterna, corda, fósforos/isqueiro, estojo de primeiros-socorros, máquina fotográfica, bateria ou pilhas extras, materiais de higiene pessoal, sacos de lixo;

48. Se for de carro, dá para levar mais itens. Se for depender de transporte público, melhor repensar o conteúdo da bagagem. Você deve ser capaz de carregar sua bagagem sem auxílio de terceiros. Não conte com as rodinhas das malas, pois nem todos os lugares têm rampas;

das praias “urbanas” Lagoinha e suas vizinhas. A próxima praia visitada foi a do Bonete. Continuamos a trilha com o constante visual do mar. Logo chegamos à Praia Grande do Bonete, mais extensa, com larga faixa de areia fofa, sombra de abricoeiros e um vilarejo. No final da praia, seguindo o rio, em direção à mata, havia uma placa indicando as trilhas. Na bifurcação, seguimos à direita e a trilha, até então plana e sombreada, tornou-se mais íngreme, com vegetação mais baixa e sol a pino. No entanto, todo o esforço foi recompensado quando um visual de tirar fôlego se abriu diante de nós: a imensidão do mar azul, pontilhado pela Ilha do Mar Virado, Ilhota de Dentro, Ilhota de Fora, Praia do Deserto, Prainha do Deserto e Praia Cedro do Sul. Colocaram algumas cordas para auxiliar a passagem, nos trechos mais íngremes. Chegando às pequenas e encantadoras Praia do Deserto e Prainha do Deserto (foto), foi hora de parar para lanche e banho de mar. Bastante sombreadas e de águas límpidas, são cercadas por muitas pedras de ambos os lados. Há bicas d’água que usamos até para beber, depois de tratar a água com hipoclorito de sódio. Retornando à trilha, passamos por algumas subidas e descidas íngremes, com mais algumas cordas à disposição. Esse pequeno trecho seguiu dentro da mata, mais longe da costeira. Logo voltamos a vislumbrar o mar e o Costão da Fortaleza. As belas formações rochosas são usadas para a prática de *boulder*. De lá é possível avistar a Praia Fortaleza. Tiramos a tradicional foto do grupo. De volta à trilha, seguimos até nosso destino final, a Praia da Fortaleza. Infelizmente, nossos atletas encontraram muito lixo durante a trilha. Depois da premiação dos atletas exemplares, fomos até o estacionamento encontrar as vans. Apesar de ser final de férias, as estradas estavam muito tranquilas. Ainda fizemos uma parada no meio do caminho, mas retornamos em bom horário a nossa cidade.

\*\* Nomes das praias sofrem variações conforme a bibliografia consultada, portanto não se garante a denominação correta.

### **Parabéns aos ANIVERSARIANTES:**

02 - Beatriz Cristiane Zuim Monteiro

08 - Darneli Aparecida Menecucci

12 - Priscila Fernanda de Andrade

13 - Nanci Naomi Arai

19 - Ana Stella Ribeiro Medeiros Neves

22 - Mario Clarindo Andrade

26 - Tamires Lobato de França

### **EXPEDIENTE**

Editor: Lauro Natal Monteiro

Redatora: Nanci Naomi Arai

Revisor: Daniel M. Katsurayama

Tiragem: 100 exemplares

  
**MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA**  
R. Condessa de Vimieiro, 400, Cardoso,  
Pindamonhangaba, 3642-2688