

ROTEIRO de *Aventura*

ATACAMA

AVENTURE-SE NO DESERTO MAIS ÁRIDO DO MUNDO



www.roteirodeaventura.com.br

SÍMBOLOS DOS MAPAS

Dormir

-  Hotel
-  Hostelling Internacional
-  Pousada
-  Casa, Residência
-  Refúgio
-  Camping

Atividades

-  Trekking, Caminhada
-  Caverna
-  Bicicleta
-  Moto, motocross
-  Caique, remo
-  Mergulho
-  Escalaminhada
-  Escalada, alpinismo

Transporte

-  Carro
-  Caminhão
-  Ônibus
-  Teleférico
-  Balsa
-  Catamarã
-  Trem
-  Avião
-  Posto de Combustível
-  Parada de ônibus

Detalhes Geográficos

-  Cidade
-  Vilarejo

Dia 2 O início de um dia

— · — · — Fronteira Internacional

— — — — — Nosso Trajeto

Informações

-  A nossa escolha
-  Agência de Turismo
-  Igreja, Catedral
-  Padaria
-  Chuveiro Público
-  Compras, Lojas
-  Restaurantes
-  Lavanderia
-  Museu

Natureza

-  Montanha
-  Reserva Nacional
-  Jardim
-  Animais Selvagens
-  Água Termal
-  Geiser
-  Guarda Parque
-  Mirante

Serviços

-  Alfândega, Aduana
-  Caixa Eletrônico
-  Casa de Câmbio
-  Informação Turística
-  Telefone
-  Correio
-  Hospital
-  Internet

-  Paso, passagem em grande altitude

CAMBIO

Para esta viagem você utilizará 5 moedas: Real (R\$), Dólar (US\$), Peso Chileno (CLP), Peso Boliviano (BOB) e Peso Argentino (ARS).

Bolívia	-----	700 BOB	-----	100 US\$
Chile	-----	52.750 CLP	-----	100 US\$
Argentina	-----	380 ARS	-----	100 US\$
Real	-----	180 R\$	-----	100 US\$

FRASES ÚTEIS

¿Cómo te llamas? - ¿Cuál es tu nombre?
Como se chama?

Me llamo...(seu nome)
Me chamo.. ..

Muchas gracias.
Muito obrigado.

De nada.
De nada.

Confira mais frases na página 40.

ESCALA DE PREÇOS

- A** Alto: +50\$
- M** Médio: 15 à 50\$
- E** Econômico: -15\$

QUANDO IR

Verão: A temperatura estará mais agradável, podendo chegar a -5°C durante a noite, e por volta dos 10°C durante o dia. O Salar Uyuni estará completamente alagado, na verdade um bonito espelho d'água de 5 a 15 cm.

Inverno: Na Laguna Colorada, onde será pernoite em maior altitude da travessia, 4.500m, a temperatura estará entre -15°C a -20°C. Não esqueça do seu saco de dormir, ele será útil não somente nesta noite como em toda viagem. O Salar estará completamente seco, a visão é maravilhosa, o que também faz necessário um bom óculos de sol para barrar a luminosidade.

O editor

Este roteiro, o primeiro de uma série que está por vir, foi idealizado para incentivar a todos a realizarem seus sonhos e terem acesso a um material completo e dinâmico. A receita é simples: um de nossos autores experimentou e gostou e assim repassaremos para que outros o façam.

Nossa intenção é atingir o público mais variado possível, do viajante iniciante ao montanhista mais experiente. Uma grande equipe de autores está sendo formada e novos serão acrescentados, por isso, se você é viajante ou montanhista com muita experiência, contacte-nos para viabilizarmos novos projetos.

O roteiro "ATACAMA - Aventure-se no deserto mais árido do mundo", é apenas uma sugestão, portanto fique à vontade para modificá-lo ou alterar seu curso a qualquer momento. Saiba que o prazer de uma aventura está também em seguir novos rumos, em seguir seus próprios passos.

Já viajamos bastante e nunca estivemos em situação de perigo real. Lógico que sempre tivemos bom senso de saber antecipadamente onde iríamos nos meter, por isso, cuidado! Numa viagem de aventura, imprevistos sempre podem acontecer e o portal Extremos não se responsabiliza por possíveis danos resultantes das sugestões aqui apresentadas.

Mas vamos lá, coloque a mochila nas costas, abra sua mente e seu coração e esteja disposto a conhecer novas culturas, novas paisagens e principalmente novas pessoas. Seja um viajante consciente, respeite o próximo e as diferenças, não se esqueça de que você está apenas de passagem. Procure valorizar a região que visitar contratando guias locais ou comprando apenas artesanatos manuais locais.

Acima de tudo, divirta-se!

Elias Luiz

Editor Chefe

O projeto do nosso roteiro foi idealizado em 2004, teve início em 2008 e ficou engavetado por alguns anos. Com ajuda e incentivo de novos autores, colocamos em prática nosso antigo sonho de levar conhecimento a um número maior de pessoas. Este é apenas o início de uma série de roteiros que não ficarão mais na gaveta.

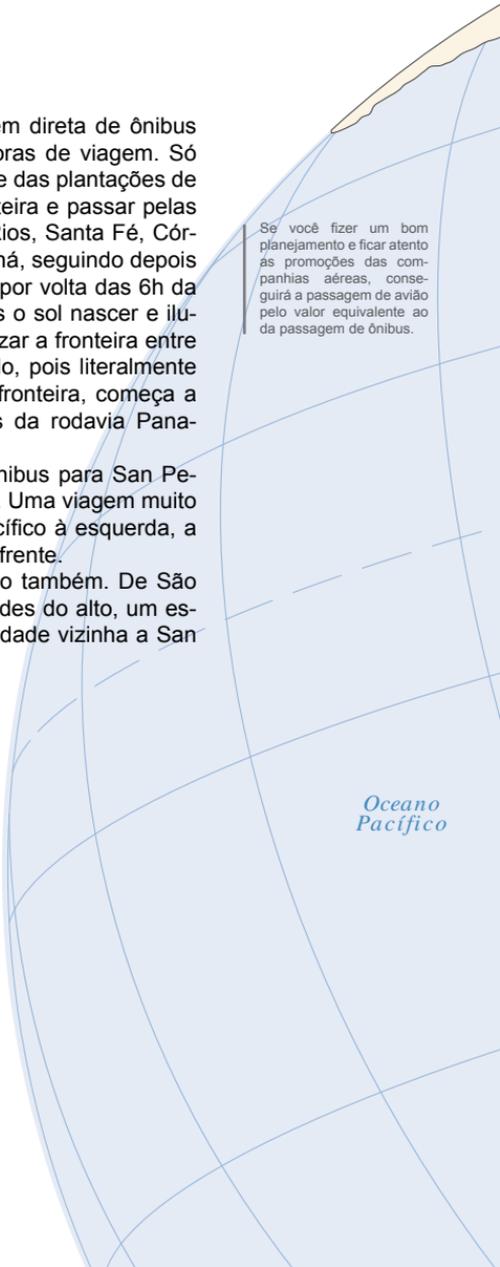
Mapa

De ônibus ou de avião?

Neste roteiro, optei por fazer uma viagem direta de ônibus de São Paulo a Santiago, Chile, com 52 horas de viagem. Só esse trecho já é maravilhoso, ver todo o verde das plantações de soja do sul do nosso país, atravessar a fronteira e passar pelas províncias de Misiones, Corrientes, Entre Ríos, Santa Fé, Córdoba, onde passamos por baixo do Rio Paraná, seguindo depois de San Luis a Mendoza, de onde partimos por volta das 6h da manhã. Fomos subindo a cordilheira e vimos o sol nascer e iluminar os picos das montanhas nevadas. Cruzar a fronteira entre Argentina e Chile é realmente um espetáculo, pois literalmente cruzamos a Cordilheira dos Andes; após a fronteira, começa a famosa descida conhecida como Caracoles da rodovia Panamericana.

Na rodoviária de Santiago, tomei um ônibus para San Pedro do Atacama e foram mais 24h de viagem. Uma viagem muito bonita, na qual é possível ver o Oceano Pacífico à esquerda, a Cordilheira dos Andes à direita e o deserto à frente.

Todo esse trecho pode ser feito de avião também. De São Paulo a Santiago vê-se a Cordilheira dos Andes do alto, um espetáculo, e depois de Santiago a Calama (cidade vizinha a San Pedro do Atacama).



Se você fizer um bom planejamento e ficar atento às promoções das companhias aéreas, conseguirá a passagem de avião pelo valor equivalente ao da passagem de ônibus.

Oceano Pacífico





Laguna Verde

Esse incrível cenário formado pela laguna Verde e o vulcão Licancabur ao fundo, está a 4.300m. Sua cor verde-esmeralda resulta dos sedimentos de minerais que contém cobre.



Laguna Colorada

Essa laguna salgada de 60 km² e apenas 1,5 metros de profundidade com ilhas de bórax, cuja cor branca contrasta com o vermelho de suas águas, causada por pigmentos de algas e plânctons.



Laguna Blanca

Lagoa situada a 4.300m. A coloração esbranquiçada da água, que muda de cor conforme a direção do vento, é resultado do alto teor de minerais nela existentes.



Arbol de Piedra

Essa formação eólica em rocha vulcânica tem 10 metros de altura, está a 4.578 metros acima do nível do mar e destaca-se no altiplano boliviano por sua forma de árvore.



Quechuas

Família de Qeschuas que vive na Ilha do Sol, ponto de apoio e uma atração em meio ao Salar Uyuni. Bolívia, 3.700m acima do nível do mar.



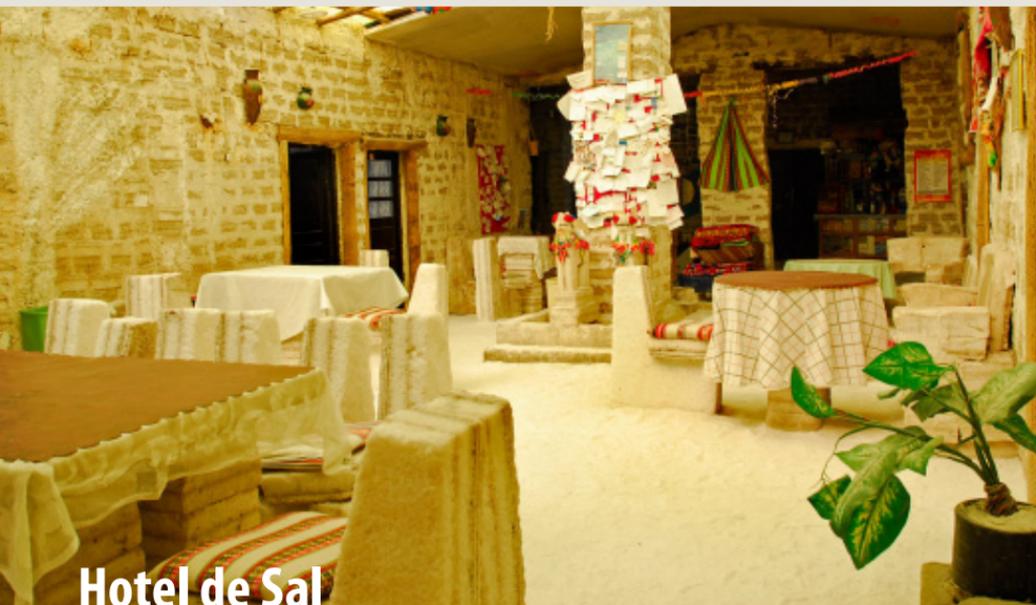
Miragem

Use a imaginação para criar imagens únicas no Salar.



Noite

Enquanto o grupo estava dentro do refúgio jantando, armei a máquina no tripé do lado de fora, onde estava -13°C , e deixei-a registrando durante 12 minutos.



Hotel de Sal

Paredes, piso, teto, mesas, cadeiras e até as camas desse hotel singular, com cinco quartos e banheiros compartilhados, foram construídos com blocos de sal.



Festa na Laguna

No refúgio da Laguna Colorada, a energia que vem de um gerador a diesel só fica disponível das 18h as 21h, aproveitamos e abrimos um vinho para tomarmos a luz de vela.



Hotel de Sal

O hotel de sal Playa Blanca, fica no Salar de Uyuni, a 3.700 metros. Sem dúvida, uma parada obrigatória para todo aventureiro.



Ilusão

O Salar Uyuni é o palco preferido dos fotógrafos, podendo fazer imagens criativas com seu horizonte limpo e chão branco.



Travessia em 4x4

Ver o pôr-do-sol no Salar Uyuni é uma experiência única.

O autor

ELIAS LUIZ

Fotógrafo com 13 anos de experiência, tem trabalhos publicados nas principais revistas e jornais do Brasil e exterior. Suas primeiras aventuras foram na Serra do Japi e Parque Nacional do Itatiaia e depois vieram muitas outras aventuras pelo Brasil, como fotógrafo de revistas de aventura e com viagens próprias.

Em 2004 fez sua primeira viagem pela Patagônia (Argentina e Chile). Em 2006 viajou pela Argentina, Chile, Bolívia e Peru. A partir de 2008 tem visitado frequentemente roteiros pela América do Sul.

Este ROTEIRO do Altiplano Boliviano é parte de sua viagem de 2006, onde durante 26 dias percorreu os principais roteiros de Argentina, Chile, Bolívia e Peru.

Em 2000 criou o seu site pessoal para divulgar as suas aventuras, em 2004 criou o Portal do Trekking, em 2008 lançou o portal de aventura Extremos (www.extremos.com.br) considerado a referência no mundo da aventura.

Com vasta experiência em fotografia, viagens e webdesign, Elias Luiz, criou a palestra "Em Busca do Fim do Mundo" com o intuito de incentivar novos aventureiros a colocarem a mochila nas costas e partirem para sua grande aventura.

As fotos publicadas nesta edição do ROTEIRO DE AVENTURA, fazem parte de sua exposição fotográfica.



WAYNA PICCHU

Admirando Machu Picchu do cume do Wayna Picchu - Peru - 2.720 m.s.n.m.
ISO 200 - 1/360s - f11 - 58mm - Nikon D200 - 18/06/2006 - 08:55

Índice

Guia rápido	2	San Pedro de Atacama	20
O editor	3	História	20
Mapa	4	Orientação	20
Fotos	6	Informação	20
O autor	12	Saindo	20
Panorama	14	Mapa da região	21
Planejamento	14	Onde dormir	22
O idioma	14	Onde comer	22
Viajando sozinho	15	Compras	22
Planejamento	15	Cultura	22
Quando ir	15	Mapa do centro	23
Que tipo de viagem	15	Roteiros	24
De ônibus	15	Travessia	26
De avião	16	Informação	26
Afinal, ônibus ou avião?	16	Mapa	27
Guias e mapas	16	1º Dia	29
O que levar	16	2º Dia	29
Roupas e calçados	16	3º Dia	29
Equipamentos	16	4º Dia	30
Documentos e taxas	16	Retornando	31
Trekking responsável	16	Camadas	32
O país é seguro?	16	1ª Camada	32
Dinheiro	16	2ª Camada	34
Literatura de viagem	17	3ª Camada	36
		Camada de meias	38
Santiago	18	Check-list	40
História	18	Carona	44
Orientação	18	Organizando a mochila	46
Informação	18	Acessórios	48
Saindo	18	Idioma	50
Onde dormir	19	Fotos	54
Onde comer	19	Próximos lançamentos	59
Onde tomar banho	19		
Roteiros	19		
Compras	19		
A nossa escolha	19		

Panorama

Planejando

Se você é como eu, que adora viajar ou sempre teve sonhos de colocar os pés na estrada, aproveite este guia, que te auxiliará a colocar a mochila nas costas e realizar seu sonho.

Os primeiros pontos a avaliar quando planejamos uma aventura são:

- qual o seu sonho?
- quanto de dinheiro você já tem ou terá disponível?
- quantos dias de folga terá?
- tem disposição para caminhar?
- irá viajar sozinho ou acompanhado?

Respondido essas primeiras questões, vamos à prática. Com R\$ 2.000,00 você consegue viajar por praticamente qualquer lugar da América do Sul. Lógico que, dependendo do roteiro, boa parte será percorrida de ônibus, embora em alguns casos os preços dos transportes aéreos e terrestres se equivalam.

Gosta de caminhar? Então o seu roteiro pode ser Patagônia ou Trilha Inca.

Gosta de história? Que tal Machu Picchu ou Cochabamba?

Prefere relaxar e mesmo assim estar próximo de roteiros de aventura? Seu destino é a Região dos Lagos, no Chile.

Gosta de aventura? Nada como o Deserto do Atacama, a Travessia do Altiplano Boliviano ou a Patagônia.

Gosta de cidades mais agitadas? Buenos Aires e Santiago são ótimas e baratas.

Na América do Sul existem roteiros para os mais variados tipos, gostos e bolsos.

Este guia do ATACAMA pode lhe agradar pelos seguintes pontos: natureza exuberante, regiões frias, roteiro seguro, viagem econômica e novas amizades

O Idioma

Se você não habla español, não se preocupe. Em minha primeira viagem, que teve a Patagônia como destino, eu não hablava nada e não tive nenhum problema com isso. Mesmo você falando em português, os sul-americanos lhe entenderão, e é mais fácil ainda entender o es-

O projeto do nosso roteiro teve início em 2008 e ficou engavetado por alguns anos. Com ajuda e incentivo de novos autores colocamos em prática nosso antigo sonho de levar conhecimento a um número maior de pessoas. Este é apenas o início de uma série de roteiros que virão pela frente.

panhol. Acredite, com poucos dias de viagem você também arranhará um bom portunhol.

Essa região do Chile e da Bolívia atrai muitos turistas de todo o mundo, então frequentemente você estará em companhia de holandeses, de espanhóis, de alemães e principalmente de franceses, que não entendo por que, são figurinhas fáceis aqui na América do Sul. A maioria desses turistas fala espanhol e com isso você irá fazer boas amizades e formar grupos para diversos roteiros.

Mas para ajudar com o básico, aos marinheiros de primeira viagem preparei um capítulo especial com as principais expressões em espanhol que um aventureiro precisa saber (veja na página 23).

Viajando Sozinho

Se você optou por viajar sozinho, algo incomum entre brasileiros, não se preocupe, você não é o único e encontrará diversos europeus e americanos mochilando solo pela Patagônia. Em minhas viagens, encontrei homens e mulheres viajando assim. Normalmente, partimos de nosso país sozinho, no ônibus ou nas pousadas fazemos amizades com mochilheiros e, dessa forma, planejamos o roteiro do dia seguinte juntos. Foi assim comigo e, se fosse de interesse do grupo, partíamos juntos para o roteiro.

Este guia foi inspirado para motivar os brasileiros a viajarem sozinhos ou acompanhados pela maravilhosa América do Sul.

A cidade de São Paulo será considerada como ponto de partida e todo aventureiro, de qualquer ponto do Brasil, poderá utilizar o guia como referência, precisando acrescentar apenas o seu deslocamento até o Terminal Rodoviário do Tiête.

Planejamento

A compra de passagem para Santiago costuma ser concorrida. A empresa Pluma é uma das mais experientes nesse trajeto, por isso, antecipe sua reserva. Hoje em dia está muito mais tranquilo, pois você pode contactar a Pluma pelo 0800 646-0300 ou pela internet - www.pluma.com.br. Há passagens de São Paulo a Santiago todas as segundas-feiras às 13h30.

Quando ir

No verão, o Salar Uyuni fica todo alagado, com uns 5 cm a 15 cm de água no máximo. A paisagem também será maravilhosa, pois forma um lindo espelho d'água. Nas fotos, parecerá que você está andando sobre a água.

No verão (as estações do ano são as mesmas que as nossas), o frio será menos intenso, principalmente na travessia.

Nas outras épocas do ano, o Salar fica totalmente visível. Fiz minha viagem em junho, em pleno inverno, pois adoro frio.

Que tipo de viagem?

Ônibus ou avião. Como disse anteriormente, em algumas situações os valores das passagens praticamente se equivalem.

De ônibus

O Terminal Rodoviário do Tiête é amplo e ponto de partida e de chegada para vários destinos do Brasil e da América do Sul. Considero a rodoviária um lugar seguro, mas esteja sempre alerta.

Para Santiago, pela Pluma, a passagem custa, em média, R\$ 300,00 (só ida) e a viagem dura 54 horas. Lembrando: todas as segundas-feiras às 13h30.

De avião

Pela GOL, o valor das passagens, com compra antecipada e saída de São Paulo sai por R\$ 700,00 (ida e volta) e o voo dura 4h45min. Veja como o valor se equipara..

Afinal, ônibus ou avião?

Essa escolha é sua, o importante é ir.

AVIÃO: Viajar de avião é muito mais confortável e, claro, mais rápido. A vista aérea da Cordilheira dos Andes é maravilhosa.

ÔNIBUS: Apesar de ser demorado e um pouco cansativo, não desanime, o que vale a pena é partir. De ônibus você aproveita muito mais o visual do que de avião, interage com os passageiros (geralmente moradores da região) e, assim que sai do Brasil, todas as refeições estão incluídas no valor da passagem, que você fará em determinadas paradas. A travessia da Cordilheira dos Andes de ônibus é o maior prazer dessa primeira parte da viagem, por isso prepare a máquina fotográfica e, se o veículo tiver dois andares, pegue o banco da primeira fileira no andar de cima.

Guias e mapas

Criamos quatro mapas:

- 1º - O roteiro completo, que lhe dará uma visão geral do percurso (pág. 4 e 5).
- 2º - Centro de San Pedro de Atacama, um mapa guia com muitas opções de serviços (pág. 23).
- 3º - Mapa da região de San Pedro de Atacama, com a sua diversidade de roteiros (pág. 25).
- 4º - Mapa da Travessia de 4 dias do Altiplano boliviano (pág. 29).

O que levar?

Criamos um check-list para que você não esqueça nada. confira na página 44.

Documento e taxas

Pela América do Sul você pode viajar somente com seu documento de identidade original (não vale carteira de motorista), mas se você levar o passaporte seus trâmites nas alfândegas serão muito mais rápidos e tranquilos, por isso viaje com ele.

Trekking responsável

Faça sempre trekking responsável, lugar de lixo é na "basura", que significa cesto de lixo. Não danifique monumentos, procure contratar agências e guias locais e compre somente artesanatos locais.

Lembre-se, você está apenas de passagem, por isso respeite a cultura local.

O país é seguro?

Falando de Chile, a capital Santiago é bem agitada, parecida com São Paulo. Passei alguns dias lá, em outra oportunidade, e me pareceu bem segura, mas da mesma forma que tomo cuidado em São Paulo, em Santiago faço o mesmo.

San Pedro do Atacama é uma pequena cidade, muito turística e a considero bastante segura.

Bolívia é um país bem mais pobre, mas mesmo assim não tive problemas. O que acontece normalmente lá é você comprar uma passagem para ônibus-leito por um preço um pouco acima do comum, só que não existe ônibus-leito, são todos com assentos normais e geralmente bem velhos. Isso é Bolívia.

Dinheiro

Nessa viagem você utilizará reais, para entrar e para sair do Brasil, e pesos chileno e boliviano. Caso queira, você pode levar dólares e ir fazendo a troca necessária em cada país, nas agências de câmbio que existem por toda a parte. A

maioria dos estabelecimentos aceita dólares como pagamento.

Você também pode optar por levar seu cartão de débito bancário se ele tiver o logotipo PLUS atrás. É só pedir para seu gerente liberar sua utilização nos países da América do Sul. Na maioria dos caixas eletrônicos por onde você viajar, você encontrará a bandeira Plus. Mas atenção: verifique com seu gerente o valor da taxa cobrada em cada saque (normalmente, fica em torno de R\$ 20,00). Se for utilizar esse meio, certifique-se de quanto você precisará em determinado país e faça um saque só. Quando você utilizar esse serviço, a máquina liberará o dinheiro em moeda local, então veja que apesar da taxa, ainda vale a pena.

Literatura de viagem

Sempre levo um livro em minhas viagens, exatamente para aqueles momentos de espera em rodoviárias, por exemplo.

Vacinas

Confira sua carteirinha de vacinação internacional, é imprescindível levá-la, coloque-a junto com o seu passaporte. Na América do Sul é necessário estar em dia com a vacina da Febre Amarela, ou se vacinar com 10 dias de antecedência, se for a segunda inoculação, o efeito é imediato.

Centro de Informações

A melhor coisa que você deve fazer ao chegar em qualquer cidade, é procurar o centro de informações, em alguns lugares eles atendem em espanhol e inglês, e sempre oferecem mapas da região como também as opções de hospedagens.

Kit de primeiros socorros

Permanecer saudável é sua responsabilidade mais importante durante a

viagem. Faça check-ups dentários e médicos completos antes de partir e certifique-se de que suas vacinas ainda estejam válidas. Leve um kit de emergência para tratar de problemas simples. Dificilmente vai precisar usar, mas é sempre bom se prevenir.

Primeiros socorros podem salvar vidas e estabilizar uma vítima para a viagem rumo a cuidados médicos. Alfinetes de segurança, para prender ataduras e compressas improvisadas de tiras de roupas, devem fazer parte do seu kit.

Algumas empresas de aventura já vendem o kit pronto.

- Atadura de crepe - Atadura de gaze
- Bandagem de gaze

Servem para fixar compressas, fechar ferimentos e imobilizar ossos quebrados para evitar estragos maiores.

- Alfinetes de segurança

Empregue-os para manter ataduras no lugar e para fazer suturas temporárias.

- Tesoura pequena

Compre a melhor que encontrar

- Curativos aderentes (band-aid)

Use para impedir que a sujeira infeccione feridas. Curativos em bolhas devem ser fixados com esparadrapo para que não se descole com o atrito.

- Anti-séptico

Use lenços para limpar ferimentos. Cremes anti-sépticos auxiliam a cicatrização.

- Proteção para calos

Um pedaço de feltro podem evitar que uma pequena bolha vire um grande problema. Corte o feltro para que ele cubra a área dolorida. Você pode mantê-lo no lugar com um pedaço de esparadrapo.

Santiago (Chile)

Santiago, capital do Chile, é muito moderna e bonita. Pela estrutura, lembra um pouco São Paulo, com boas estradas, apesar do pedágio que existe não só nas ótimas rodovias interestaduais, mas também para utilizar algumas pistas mais importantes dentro da cidade.

O terremoto que abalou a capital no início de 2010 prejudicou boa parte de sua infraestrutura, mas mesmo assim a capital não parou e você não terá grandes problemas em visitá-la.

História

Santiago foi fundada pelo conquistador espanhol Pedro de Valdivia, no dia 12 de fevereiro de 1541, com o nome de Santiago de Nueva Extremadura. A escolha dessa região se deu por seu clima moderado e por estar ao lado do Rio Mapocho.

O país está localizado no Círculo do Fogo do Pacífico, região no entorno da placa de Nazca, que concentra 90% da sismicidade e vulcanismo do planeta

Orientação

ÔNIBUS: Para quem chega lá de ônibus, tudo será mais tranquilo. Na rodoviária mesmo, compre sua passagem para San Pedro do Atacama (que custa por volta de ?); o ônibus normalmente parte às 20h ou 21h e a viagem dura 24 horas.

AVIÃO: Do aeroporto, pegue um táxi para a rodoviária, onde você deverá comprar a passagem para San Pedro do Atacama.

Informação

Na rodoviária há o Serviço de Informação ao Turista, que oferece gratuitamente ótimos mapas da cidade divididos em setores, com indicação das paradas dos metrô e das linhas de ônibus.

Saindo

Viajar de ônibus pelo Chile é muito confortável, pois são de boa qualidade (comprados do Brasil) e o serviço de bordo é impecável. Dependendo do trecho você faz, a refeição é feita dentro do ônibus ou em paradas programadas. Se a viagem for longa, café da manhã, almoço e jantar estão incluídos no valor da passagem. A empresa maior e melhor é a TurBus - www.turbus.com.cl.

Nosso destino:

San Pedro de Atacama: 24h, US\$ 55 semileito, US\$ 78 leito

Outros destinos:

Arica: 29h, US\$ 57 semileito, US\$ 74 leito

Valparaíso: 1h30, US\$ 7

Viña del Mar: 1h30, US\$ 7

Pucon: 11h, US\$ 27 semileito, US\$ 54 leito

Osorno: 11h, US\$ 23 semileito, US\$ 38 leito

Puerto Montt: 13h, US\$ 26 semileito

Punta Arenas: 61h, US\$ 84 semileito

Lima: 55h, US\$ 103

Onde dormir

Três opções: hostel de bom padrão para mochileiro, HI (Hosteling Internacional) - meio termo entre hostel e hotel - e hotel de bom padrão:

- **Bellavista Hostel** Dardignac 0184 , Providencia, Barrio Bellavista, Santiago, fone (56-2) 732 8737, gonzalorodriguez@gmx.net - www.bellavistahostel.com. Diárias: quartos para 4 a 5 pessoas - US\$ 15, quarto para 2 pessoas - US\$ 18. Café da manhã, mesa de sinuca, TV a cabo, área de churrasco, uso de internet gratuita e Wi-Fi na recepção.

- **Hosteling Internacional Santiago** Cienfuegos 151, centro, Santiago, fone (56-2) 6718532, reservas@hostelling.cl, www.hisantiago.cl. 120 camas, diárias em quarto coletivo - US\$ 19, quarto para 1 pessoa - US\$ 46, quarto com banho para 2 pessoas - US\$ 57. Café da manhã básico incluído. Serviço de lavanderia, TV a cabo, internet grátis, lanchonete e sala de leitura.

- **Caesar Business Hotels** Alameda Libertador Bernardo O'Higgins N° 632 - Centro, Fone: 56 2 595 6622 / 595 6611, www.caesarbusiness.com, 142 apartamentos. Diárias: quarto para 1 pessoa

- US\$ 125, quarto para 2 pessoas US\$ 250. Aceita cartões de crédito e é bem localizado. Ótimo café da manhã incluído. Os quartos são bonitos e espaçosos. Tem serviço de lavanderia..

Onde comer e berber

Os bairros Belavista e Providencia são os mais badalados e com melhores opções de restaurantes.

Onde tomar banho

Se você, como eu, não pretende pernoitar na capital e partir no mesmo dia para San Pedro do Atacama, lembre-se que já está há praticamente 60 horas sem banho e que passará mais 24 horas viajando até San Pedro. Portanto, um bom banho pode fazer toda a diferença nesse momento, renovando seus ânimos.

No segundo piso da rodoviária é possível tomar uma boa ducha. O preço não é muito barato, está por volta de R\$ 20,00, mas é tudo muito limpo. São cabines individuais com ducha, vaso sanitário e pia com espelho. Após o pagamento, nos são entregues a chave e um saco contendo toalha, sabonete, xampu, pente e aparelho de barbear. Vale a pena!

Roteiros

Originalmente um centro de parada para os colonizadores espanhóis, originou-se a partir de sua Igreja de San Pedro, construída pelos jesuítas espanhóis

Compras

Quem gosta de roupas e de equipamentos de aventura The North Face pode aproveitar as lojas da marca em Santiago e em San Pedro do Atacama, que oferecem produtos com preços bem mais em conta do que no Brasil.

San Pedro de Atacama

San Pedro de Atacama é uma comunidade da província de El Loa, localizada na Região de Antofagasta, Chile. Sua área é de 23.438,8 km², com uma população de 4.969 habitantes (dados de 2002), e está a 2.400 metros de altitude. Por ser um lugar ímpar numa região inóspita como o Atacama, é denominada de oásis de San Pedro de Atacama.

História

Originalmente um centro de parada para colonizadores espanhóis, surgiu a partir da igreja de San Pedro, construída pelos jesuítas espanhóis no início do século XVIII e que existe até hoje. Apesar dos esforços do governo chileno, esse local permanece até hoje como um lugarejo bem aprazível no deserto do Atacama. Foi o principal centro da cultura atacamenha e atualmente é um grande centro turístico na região.

O que caracteriza esta pequena cidade em meio ao deserto do Atacama, são as construções todas feitas de adobe e as ruas de terra, o que dá um charme a mais, parecendo que você está nos anos 60, em meio a uma comunidade hippie.

Orientação

San Pedro de Atacama é uma típica cidade pequena onde é fácil encontrar tudo centralizado nas quadras centrais. Na Calle Caracoles concentram-se os principais restaurantes, agências e algumas pousadas. É possível percorrer tudo a pé em minutos.

A cidade ainda não tem rodoviária e os ônibus param próximo ao cemitério, que fica a duas quadras da igreja, localizada na praça central.

Informação

As épocas de alta temporada são janeiro, fevereiro, junho e julho, quando os preços ficam um pouco mais altos.

Saindo

Nosso destino:

Esse próximo trecho não é feito de ônibus. Para realizá-lo, é preciso comprar um pacote da travessia de 4x4. Veja detalhes no item Roteiros.

Chile

Tocanao: 30 minutos - \$600

Socaire: 1h30 - \$1.800

Calama: 1h30 - \$1.800

San Pedro de Atacama - Região



Santiago: 23h - \$32.000

Argentina

Salta: 12h - \$20.000

Bolívia: O melhor é fazer o tour de três dias de 4x4. Se preferir retornar para San Pedro do Atacama, escolha o tour de quatro dias; o último dia é a volta por um caminho direto de Uyuni e San Pedro do Atacama.

Onde dormir

Três opções: hostel de bom padrão para mochileiro, HI (Hosteling Internacional) - meio termo entre hostel e hotel - e hotel de bom padrão.

FM **Hostal Florida** Tocopilla 406, fone (56-55) 851021, hostalflorida@sanpedroatacama.com - www.hostalflorida.cl. Diárias: 12 quartos para 2 ou 4 pessoas com banheiro compartilhado US\$ 20 por pessoa. Livre acesso a cozinha, internet gratuita. Hospedagem bem simples, ideal para quem quer economizar, deixando o conforto. Ótima localização.

M **Hostal Mama Tierra** Pachamama 615, fone (56-55) 851418, hostalmamatierra@sanpedroatacama.com - www.sanpedroatacama.com. Diárias: quarto com banho privativo para 2 pessoas - US\$ 57, quarto e banho compartilhados - US\$ 15. Livre acesso a cozinha, internet gratuita. Hospedagem bem simples, ideal para quem quer economizar, deixando o conforto de lado.

M **Hosteling Internacional** C. Caracolles 360, fone 56-55-564683, hostelsanpedro@hotmail.com, www.hihostels.com, 31 camas. Diárias: quarto para 2 pessoas - US\$ 38, quarto para 3 pessoas - US\$

42, quarto para 6 pessoas US\$ 16. Aceita cartões de crédito. Café da manhã incluído. Ótima localização, acesso a internet e aluguel de bicicleta.

A **Don Raul** C. Caracolles 130, Fone 56-55-851138, info@donraul.cl, www.donraul.cl, 33 camas com banho privativo. Diárias: quarto para 1 pessoa - US\$ 72, quarto para 2 pessoas - US\$ 91, quarto para 3 pessoas - US\$ 112. Aceita cartões de crédito. Café da manhã incluído, TV via satélite e internet no hall. Ambientes bonitos e limpos, que seguem o padrão de construção com adobe, característico da cidade.

Onde comer

Se você gosta de boa comida, vai adorar San Pedro de Atacama. A C. Caracoles concentra os principais restaurantes da cidade, com cozinha requintada e pratos elaborados que nada lembram a comida típica atacameña.

Compras

Há uma feira de produtos artesanais típicos da região que vale muito a pena conhecer, é o Paseo Artesanal, fica em frente a praça central.

Cultura

Visite o Museu Arqueológico Padre Le Paige, rico em cerâmica atacamenha, múmias, tecidos e objetos religiosos, e peças em ouro. Fica em frente a praça central e a entrada custa US\$ 3.

San Pedro de Atacama - Centro

100 m
200 pés



HOSPEDAGEM

Hostelling Internacional.....	11	D3
Hostal Florida.....	12	B2
Hotel Geiser del Tatio.....	13	A3
Hotel San Pedro.....	14	D4
Hotel Paacha.....	15	A4
Lodge Terrantal.....	16	B2
Residencial Rayco.....	17	B2
Residencial Vilacoyo.....	18	B2
Residencial Juanita.....	19	C3
Residencial Chiloé.....	20	A2
Hostal Dom Raul.....	21	A2
Camping Cunza.....	22	A2
Camping Takha Takha.....	23	D2

COMPRAS

Paseo Artesanal.....	33	C2
Casa Incaica.....	34	B3
The North Face.....	35	B3

TRANSPORTE

Tur Bus.....	36	B1
Fronteira del Norte.....	37	B1
Buses Geminis.....	38	C2
Parada de Ônibus.....	39	C1

AGENCIAS

Desert Adventure.....	40	B3
Colque Tours.....	41	B3
Pamela Tours.....	42	B3
Cosmo Andino.....	43	C3
Suri Expediciones.....	44	B3
Venus Tours.....	45	B2

SERVIÇOS

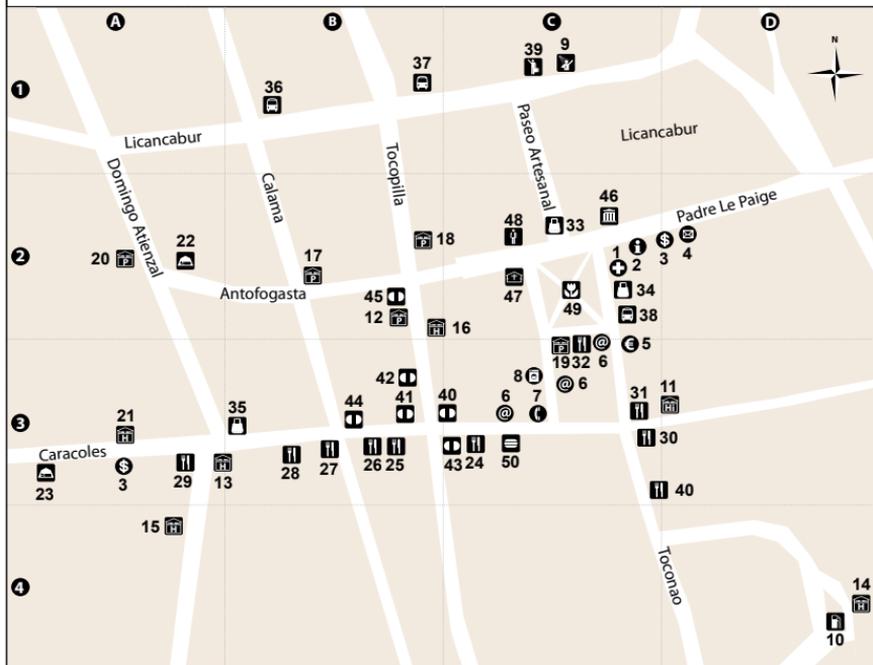
Hospital.....	1	C2
Posto de Informação.....	2	C2
Caixa Eletrônica.....	3	D2
Correios.....	4	D2
Câmbio.....	5	C3
Internet.....	6	C3
Telefone.....	7	C3
Lavanderia.....	8	C3
Banho Público.....	9	C1
Posto de Combustível.....	10	D4

RESTAURANTES

La Estaka.....	24	C3
El Adobe.....	25	B3
Casa Piedra.....	26	B3
Blanco.....	27	B3
La Casona.....	28	B3
Paacha.....	29	A3
Tambo Cañaveral.....	30	C3
Café Export.....	31	C3
Juanita.....	32	C3

OUTROS

Museu.....	46	C2
Igreja.....	47	C2
Prefeitura.....	48	C2
Praça Central.....	49	C2
Padaria.....	50	C3



Roteiros

Originalmente um centro de parada para os colonizadores espanhóis, originou-se a partir de sua Igreja de San Pedro, construída pelos jesuítas espanhóis

Geiser del Tatio - Desert Adventure - (56 55) 851067 - contacto@desertadventure.cl - www.desertadventure.cl. Saída às 4h e chegada às 13h - US\$ 23.

Às 4h da madrugada, a van passa na pousada para pegar os turistas, pois tem de chegar na região dos gêiseres antes do nascer do sol, momento de sua maior atividade. Uma dica: só faça esse roteiro se você estiver bem-aclimatado, pois a variação da altitude é expressiva - de 2.400 m para 4.320 m em menos de 2h. Se você tiver problemas com aclimação, como dor de cabeça, enjoo etc., esse passeio agravará ainda mais seu estado. Ver os gêiseres em grande atividade ao nascer do sol é muito interessante. No inverno, a temperatura fica em torno de 10°C negativos e no verão, em torno de 0°C. No retorno, visita-se Pueblo Machuca, chegando-se às 13h de volta a San Pedro de Atacama.

Vale da Morte e Vale da Lua - Desert Adventure - (56 55) 851067 - contacto@desertadventure.cl - www.desertadventure.cl. Saída às 15h e chegada às 19h - US\$ 11.

Esse é um roteiro dois em um, pois pode ser feito no mesmo dia do Geiser del Tatio, já que a saída normalmente acontece às 15h.

Primeiramente, visita-se o Vale da Morte; no fim da tarde, sobe-se uma enorme duna de onde se vê o pôr-do-sol no Vale da Lua.

Salar de Atacama e Lagunas Altiplanas - Desert Adventure - (56 55) 851067 - contacto@desertadventure.cl - www.desertadventure.cl. Saída às 8h e chegada às 18h - US\$ 43.

Esse é um roteiro para o dia todo, quando se conhece um pouco do Salar de Atacama e pode-se entrar nas Laguna Altiplanas, que graças ao alto teor de sal, não deixa que o corpo afunde.

Tours Astronômicos - SPACE - San Pedro de Atacama Celestial Explorations - calle Caracoles 166 - Fone: (56 55) 851935 - Cel: 98178354 - alain@spaceobs.com - www.spaceobs.com. Saída às 20h e retorno às 23h - US\$ 30.

Ótima oportunidade de completar um dia de aventuras. Fica a 10 minutos do centro, o valor inclui transporte e bebida quente.

Pukara de Quitor (Bike) - La Herradura - calle Tocopilla 406 - Fone (56-55) 851956 / (56-9) 98921906 - laherradura@sanpedroatacama.com - www.atacamahorseadventure.com.

A passeio tranquilo e bonito para visitar ruínas de uma fortaleza pré Inca. fica apenas 3km do centro. Pode-se prosseguir até Tambo de Catarpe, a 8km do centro. Esta agencia também oferece passeios a cavalo, que pode ser por um período mínimo de duas horas ou até de vários dias.

Bike para Pukara de Quitor



Pukara de Quitor



Pukara de Quitor - 3km

Esta é uma fortaleza pré-inca. As construções de pedra data do século 12. Está localizado em um ponto estratégico no vale.

A saída é da frente da agência que aluga as bikes, no centro de San Pedro de Atacama.



Licancabur

Venus
Tour

Travessia De San Pedro de Atacama a Uyuni

Até aqui a sua viagem já foi deslumbrante, mas a partir de agora a sua aventura terá um novo rumo, e será diferente de tudo que você já viu e vivenciou. A palavra que fica sobre essa aventura é: adversidade.

Saídas

As saídas são diárias. Você tanto pode montar um grupo de 6 pessoas para lotar uma 4x4 ou pode entrar em algum grupo que será montado. É normal você fazer a travessia com pessoas de vários países. A graça de tudo está nisso, nessa diversidade cultural e com certeza fará boas amizades.

Prepare sua máquina fotográfica e esteja ciente que só conseguirá recarregar as baterias durante as paradas de pernoite.

Orientação

Você pode comprar este roteiro em diversas agencias em San Pedro de Atacama, já utilizamos os serviços da Pamela Tours, Colque Tours, (pág 23 - B3) e não tivemos problemas em nenhuma delas.

A travessia de três dias, para quem quer continuar a viagem pela Bolívia sai por volta de US\$ 80,00 para quem vai fazer o roteiro de 4 dias, com o retorno para San Pedro de Atacama, o preço gira por volta de US\$ 110,00.

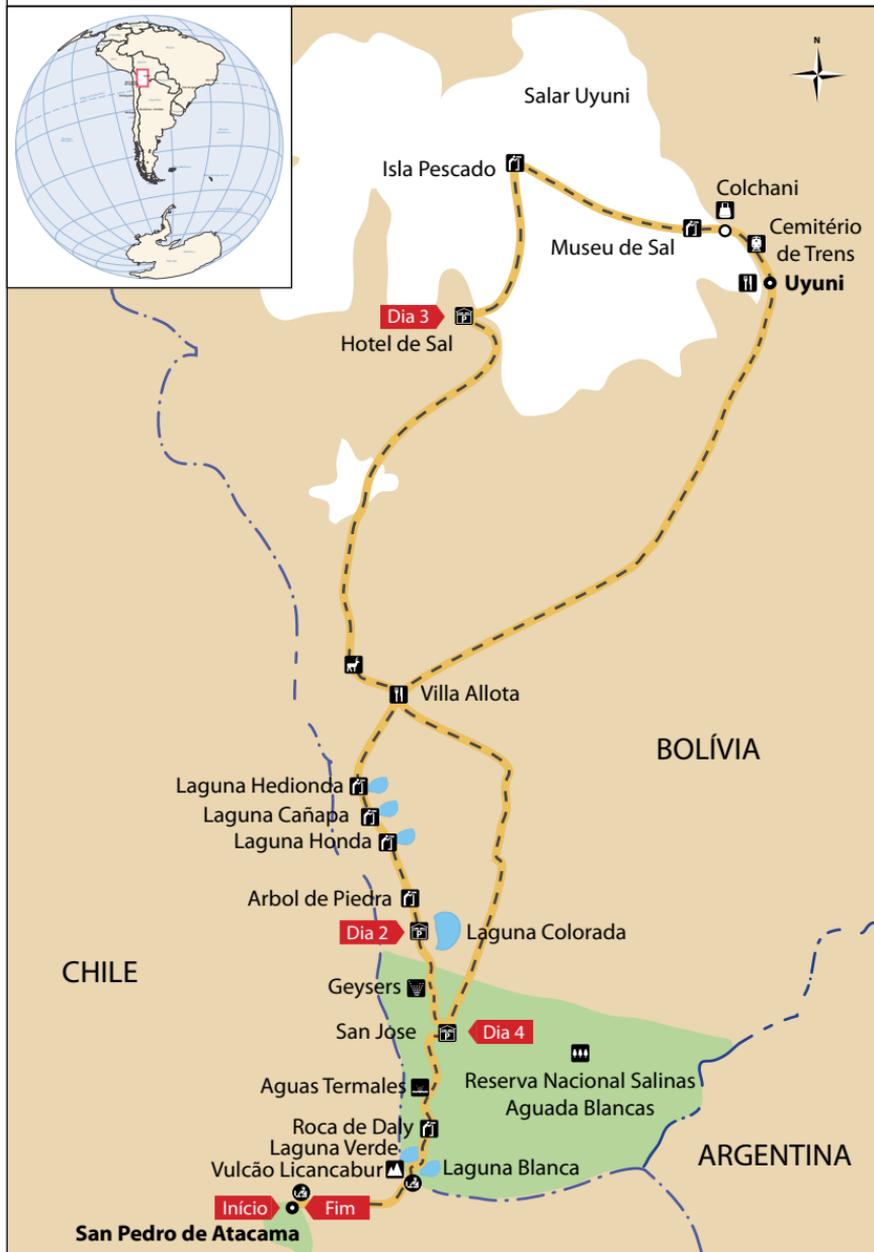
Existem ainda algumas taxas a pagar, cada vez mais inventam desculpas para tirar o dinheiro dos aventureiros, uma taxa de uns US\$ 10 na aduana Boliviana e logo ao lado mais uma taxa de US\$ 5 por passar pela Reserva Nacional Salinas Aguada Blanca. Nada muito caro, mas apenas a chatice de sempre ter algo a mais pra pagar.

Informação

Como você estará atravessando um deserto, não encontrará água em qualquer lugar, por isso as agencias pedem pra você levar a sua própria água, uns 3 litros já está bom. Você pode comprar as garrafas de água em San Pedro de Atacama.

Não leve frutas, pois você irá passar pelas aduanas do Chile e da Bolívia, e é proibido atravessar a fronteira com frutas.

Travessia do Altiplano Boliviano - 4 dias



1º DIA

Saída

A saída é programada normalmente para acontecer em frente a agência onde você comprou o seu tour, por volta das 8h. É neste momento que você descobrirá os seus companheiros de viagem.

Uma van irá levar todos até a fronteira, na aduana chilena.

Após o tramite burocrático, você seguirá viagem pela estrada Hito Cajón até a aduana Bolívia, em praticamente uma hora você sairá 2.450m e chegará na Laguna Blanca a 4.300m.

Aduana

Além da burocracia, aqui você pagará um taxa de uns US\$ 10. Logo ao lado terá que pagar mais uma taxa de uns US\$ 5 por estar passando pela Reserva Nacional Salina Aguada Blanca.

4x4

É nesse momento que você passará suas mochilas e águas da Van para uma Toyota Land Cruise 4x4, normalmente são 6 pessoas por veículo - uma na frente, três no meio e duas no último banco, que é um pouco estreito. Mas, é natural durante a viagem as pessoas fazerem um rodízio nos assentos.

Café da Manhã

Você desfrutará de um simples mas gostoso café da manhã em um refúgio de frente à Laguna Blanca. A partir daqui, todas as refeições já estarão inclusas no valor do pacote.

Atrativos do dia

Laguna Blanca - Laguna Verde - Roca de Daly - Águas Termales - Geysers Sol de Mañana - Laguna Colorada.

Almoço

Três opções, 1ª sendo um hostel de bom padrão para mochileiro, 2ª sempre um HI (Hosteling Internacional) que seria o meio termo entre um hostel e um hotel, e a 3ª um hotel de bom padrão.

Janta

O jantar é servido na parada noturna, a Laguna Colorada. Um dos pontos mais altos e frios da viagem. Aproveite para recarregar as baterias de seus equipamentos, a energia aqui funciona apenas por umas 3 ou 4 horas, movida por um gerador a diesel. Normalmente aqui não há banho.

2º DIA

Saída

O café da manhã é servido logo cedo, por volta das 8h, e no máximo as 9h a 4x4 já partirá para mais um dia de aventura.

Você pode presenciar algo atípico aqui, caso esteja viajando em pleno inverno. Normalmente a água do radiador congela, por isso seu chofer (motorista) acenderá uma tocha e irá aos poucos esquentando as tubulações e derretendo a água, para que o carro possa funcionar sem problemas.

Café da Manhã

Três opções, 1ª sendo um hostel de bom padrão para mochileiro, 2ª sempre um HI (Hosteling Internacional) que seria o meio termo entre um hostel e um hotel, e a 3ª um hotel de bom padrão.

Atrativos do dia

Arbol de Piedra - O coelho do deserto - Laguna Onda - Laguna Hedionda - La-

guna Cañapa - Avistamento do vulcão Ollague - Hotel de Sal

Almoço

Villa Alota

Pôr do sol

Esse é um detalhe importante e que aprendi pela experiência de fazer esta travessia duas vezes. você chegará por volta de 17h30 no Salar Uyuni e o seu chefer irá perguntar se vocês querem ir ver o pôr do sol em meio ao Salar, a resposta sempre é unânime, claro que sim. E para isso ele percorrerá algo em tonro de uns 15 km salar adentro, até ficar em um ponto isolado e de onde dará para ver o sol se pôr. É magnífico, apesar do frio e nada como ter o primeiro contato com o salar em um belo pôr do sol entre os amigos aventureiros.

Mas o ponto crucial desta história é que em minha primeira travessia, o nosso chofer, cobrou por essa “saída a mais” na verdade ele cobrou o diesel que iria gastar para nos levar até lá, foi barato, algo em torno de US\$ 5 pra cada. Mas em minha segunda travessias, anos depois, o nosso chofer apenas perguntou se queríamos ver o pôr do sol e depois de aceito, nos levou lá e em nenhum momento questionou sobre a cobrança. Cheguei a comentar com ele que anos atrás paguei por esse passeio, e ele ficou assustado com a notícia e disse que esse passeio já está incluído em nosso pacote.

Janta

O jantar será servido no hotel a beira do Salar Uyuni. Dependendo da agencia que você opte, tem o hotel de sal e tem o hotel com a fachada de vidro (minha escolha) e bonito e limpo para os padrões bolivianos. Anime-se, está poderá ser a sua única

noite de banho da travessia. Em minha primeira travessia consegui tomar banho aqui, na segunda, um pouco mais no meio do inverno, não tive a mesma sorte, pois devido ao frio intenso, a água havia congelado na tubulação, e nada de banho. Mas, banho nessa travessia sempre será um luxo a mais.

Novamente aproveite para recarregar as suas baterias, aqui funciona no mesmo esquema, apenas algumas horas de energia.

3º DIA

Saída

Após o café da manhã é hora de partir, dia de desbravar a imensidão de sal. Se a sua viagem acontecer no verão época de chuvas por aqui, o salar ficará com uma fina lâmina de água (uns 5 cm) é será muito bonito, pois será como se você estivesse caminhando sobre a água. Fiz as minhas duas travessias no inverno, por isso sempre peguei o Salar Uyuni totalmente seco, uma imensidão branca. Lindo de viver, também.

Atrativos do dia

Salar Uyuni - Isla Pescado - Museu de Sal - Colchani - Cemitério de Trens Uyuni

Isla Pescado

Aqui será uma parada de praticamente 2h. O melhor lugar para as fotos criativas, veja alguns exemplos de fotos no início deste roteiro. Aproveite para fazer uma caminhada até o topo da ilha, a vista é maravilhosa. Lógico, tem que pagar uma taxa de uns US\$ 5.

Museu de Sal

Bom momento para muitas fotos. Dica,

deixa para comprar as lembranças de sal em Colchani, um vilarejo alguns minutos daqui, com as mesmas peças e com valor muito mais em conta.

Almoço

Todos as refeições durante a travessia são simples, mas caso tenha condições, evite de almoçar onde a agencia irá te levar aqui em Uyuni, é um "restaurante" onde apenas os locais comem, e evitar uma complicação intestinal é algo que você sairá graduado em uma viagem pela Bolívia, e se conseguir essa proeza, de graças a Deus.

No centrinho de Uyuni tem vários bares mais turísticos e com a comida mais aceitável. Gostei muito do Extreme Fun Pub, que fica na avenida principal.

Retornando

Para quem está fazendo a viagem apenas de três dias, aqui será a sua despedida (sem direito ao almoço pago pela agencia), e continuará a viagem pela Bolívia por sua conta (algo que fiz na minha primeira travessia), se a sua viagem é de 4 dias, a partir de agora começa o retorno para San Pedro de Atacama, que normalmente é marcado para sair as 17h de frente a agencia de Uyuni.

A viagem de volta será por uma outra rodovia que irá direto para San Pedro de Atacama. Aproveite para colocar as suas melhores roupas de frio, e deixe o seu saco de dormir ao alcance das mãos, pois a viagem de volta entrará madrugada adentro, e deve apenas fazer uma rápida parada lá pela 1h, em Villa Alota, mesmo lugar que dias atrás você parou para almoçar.

4º DIA

Será apenas um cochilo, as 4h a viagem

prosseguirá. Um detalhe deste ponto que lembro até hoje, é que mesmo com o frio intenso, pude parar um pouco e vislumbrar o céu mais estrelado que vi em minha vida, sem poluição, sem nuvens, em meio a esse imenso deserto, a via láctea parecia que podia ser alcançada pelas minhas mãos de tão visível e nítida que estava.

Noite adentro

Após uns 40 minutos na estradinha de terra, o chofer anuncia que agora começaremos a subir e chegaremos a mais de 4.000m, ele fez uma parada e pegou um cobertor e se cobriu, sinal que viria muito mais frio pela frente. Mas, espere um pouco, o chofer se cobriu com cobertor, quem iria dirigir? Bom, ele mesmo, todo empacotado e só com as mãos devidamente protegidas com luvas que aparecia segurando o volante., coisas da Bolívia. Ao amanhecer chegaremos as Aguas Termales, local por onde passamos no primeiro dia, mas esse momento também será único, muitos, mesmo com a baixa temperatura da manhã, algo por volta de 0°C, sem pensar duas vezes tiram suas roupas e vão para as águas quentinhas da piscina que estão em torno dos 35°C, haja coragem.

Aduana

A viagem de 4x4 termina em frente a aduana Bolíviana, onde lá pelas 10h a van chegará e primeiro servirá um café da manhã e em seguida parte rumo a San Pedro de Atacama, onde termina essa grande travessia.

Voltando pra casa

Tchau Atacama

De volta a San Pedro de Atacama, cidade que agora você já domina. Compre a sua passagem de volta na Tur Bus, para Santiago, serão 24h de viagem, aproveite e escolha o ônibus leito, que será muito mais confortável.

Santiago

Quando você compra a passagem de São Paulo para Santiago, há a opção de comprar a passagem de ida e volta, assim você já sabe o dia em que tem que estar em Santiago para o seu retorno.

Você pode aproveitar para conhecer um pouco mais de Santiago, pode ainda continuar descendo rumo a Região dos Lagos, em Pucon, Villarica, Osorno, Puerto Varas. Pode-se ainda atravessar a cordilheira entre Osorno e Bariloche, e de Bariloche, subir para Buenos Aires e depois segue para São Paulo. Veja, há uma enormidade de roteiros, e quem decide o que é melhor é você.

Caso opte para voltar para São Paulo, serão mais 53h de viagem, por um caminho que você já conhece, mas com certeza também irá aproveitar, pois além de ver tudo de outra posição, agora passará pelos lugares em horários diferentes.

Espero que você aproveite ao máximo essa incrível viagem passando por Brasil, Argentina, Chile e Bolívia, com culturas e paisagens tão diferentes do que estamos acostumados, e se essa for a sua primeira viagem, sentirá o prazer de colocar a mochila nas costas e se aventurar pelo mundo, e descobrirá que não era tão complicado como você sempre imaginou e que a próxima viagem será apenas questão de tempo. Quem viaja uma vez, não para mais.

Caso você opte por ficar alguns dias em Santiago existe agencias que oferecem tours de um dia para a estação de esqui Valle Nevado. Há também o roteiro de um dia para um trekking nas trilhas do Aconcágua (Argentina) onde além do trekking você conhecerá a Ponte del Inca, a estação de esqui Portillo, este roteiro custa US\$ 85.
Andes Wind - Cristian
(562) 458 7411
(celular) 09 97107959
cminich@vtr.net
www.andeswind.cl/

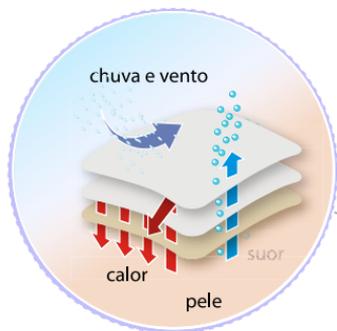
1ª Camada

INTERNA

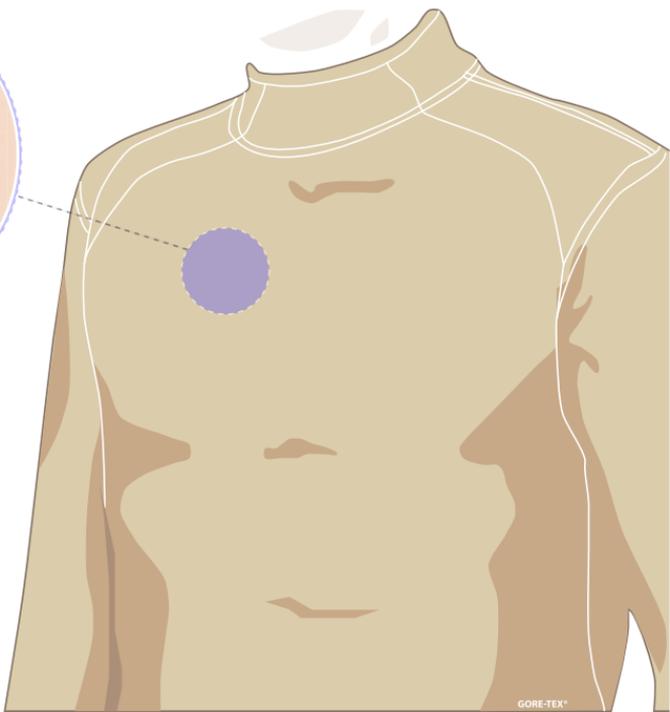
A principal função das roupas dessa camada (também conhecida como Base Layer, Segunda Pele ou Underwear) é retirar o suor da superfície da pele, transferindo-a para a superfície externa do tecido, mantendo seu corpo seco e em temperatura estável.

Outros aspectos relevantes são baixo peso e volume, que proporcionam maior liberdade de movimentos. Além disso, é fácil de lavar, possui rápido tempo de secagem e não precisa passar, consumindo menos tempo e energia.

As peças dessa camada precisam ser justas ao corpo e devem ser utilizadas em contato direto com a pele. Para não causar desconfortos ou irritações, é fundamental que estas sejam desenvolvidas com costuras planas.



- 3ª **Camada Protetora**
- 2ª **Camada Quente**
- 1ª **Camada Interna**



Blusa ThermoSkin® - fem.

Blusa de mangas longas tipo raglã, com abertura frontal com zíper que fecha até o pescoço. Para ser usada como segunda pele, mantendo o corpo seco e aquecido em ambientes de baixa temperatura. Seu design anatômico garante liberdade de movimentos em qualquer atividade física. Internamente, seu exclusivo tecido bifuncional é aveludado e macio. Costuras desenvolvidas para garantir resistência e proporcionar total conforto em contato direto com a pele.

Blusa ThermoSkin® - masc.

Blusa de mangas longas tipo raglã, com abertura frontal com zíper que fecha até o pescoço. Para ser usada como segunda pele, mantendo o corpo seco e aquecido em ambientes de baixa temperatura. Seu design anatômico garante liberdade de movimentos em qualquer atividade física. Internamente, seu exclusivo tecido bifuncional é aveludado e macio. Costuras desenvolvidas para garantir resistência e proporcionar total conforto em contato direto com a pele.

Calça ThermoSkin® - fem.

Calça com design anatômico para ser usada como segunda pele, mantendo o corpo seco e aquecido em ambientes de baixa temperatura. Seu design anatômico garante liberdade de movimentos em qualquer atividade física. Internamente, seu exclusivo tecido bifuncional é aveludado e macio. Costuras desenvolvidas para garantir resistência e proporcionar total conforto em contato direto com a pele.

Calça ThermoSkin® - masc.

Calça com design anatômico para ser usada como segunda pele, mantendo o corpo seco e aquecido em ambientes de baixa temperatura. Seu design anatômico garante liberdade de movimentos em qualquer atividade física. Internamente, seu exclusivo tecido bifuncional é aveludado e macio. Costuras desenvolvidas para garantir resistência e proporcionar total conforto em contato direto com a pele.

2ª Camada

QUENTE

A camada quente é responsável por garantir conforto térmico em condições de baixas temperaturas. Utilizada sobre a camada interna, aumenta a retenção de calor do corpo e garante um ótimo isolamento térmico.

Os produtos desta camada devem ser leves e respiráveis. Para esta categoria, os tecidos denominados fleece são os mais avançados para manter o corpo quente, seco e confortável em situações de frio extremo.

Os tecidos da Polartec® são exemplos de Camada Quente, por seu alto nível de qualidade e proteção.



3ª

Camada Protetora

2ª

Camada Quente

1ª

Camada Interna



Casaco ThermoFleece® 200 - fem.

Casaco de mangas longas, abertura frontal com zíper e fechamento até o pescoço. Tem dois bolsos frontais, recortes anatômicos e regulagem interna que permite melhor ajuste ao corpo. O tecido ThermoFleece® 200 proporciona mais proteção contra o frio, aumentando a sensação de bem-estar.

Casaco ThermoFleece® 200 - masc.

Casaco de mangas longas, abertura frontal com zíper e fechamento até o pescoço. Tem dois bolsos frontais, recortes anatômicos e regulagem interna que permite melhor ajuste ao corpo. O tecido ThermoFleece® 200 proporciona mais proteção contra o frio, ampliando a sensação de bem-estar.

Calça Técnica Guider

Calça técnica com reforços em Cordura®. Tem elástico na cintura, cinto embutido no cós, vista com zíper e botão de pressão. Seus bolsos frontais e laterais são fechados com zíper de dentes invertidos, que não emperra. Mescla a resistência e a durabilidade dos tecidos Ripstop e Cordura®.

Calça-Bermuda Defender

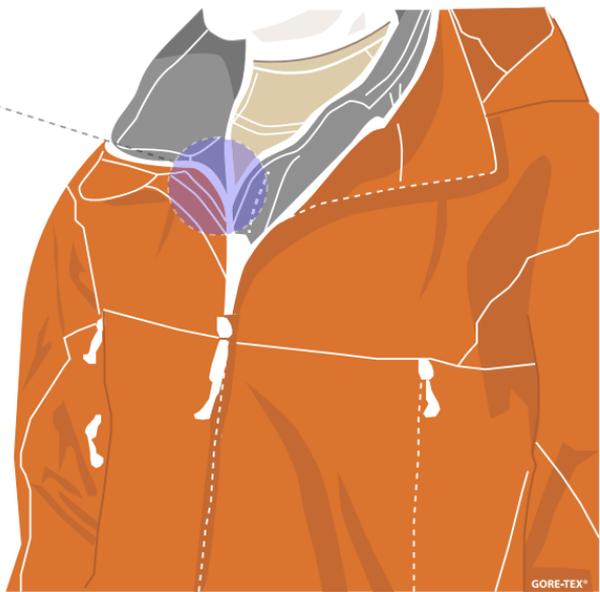
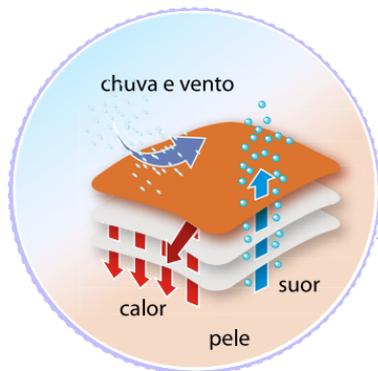
Calça-bermuda com recorte anatômico no cavalo, elástico na cintura e cinto embutido no cós, vista com zíper e botão de pressão. Tem amplos bolsos sobrepostos na parte frontal, destacamento das pernas com zíper e aberturas laterais com zíper e reguladores nas barras. Feita em tecido MultiDri®, que oferece conforto, maciez e permite transporte de umidade.

3ª Camada

PROTETORA

A função desta camada é proteger contra o vento, a chuva ou a neve. É importante que ela seja impermeável e transpirável. Utilizada sobre a camada quente, aumenta ainda mais a retenção de calor do corpo.

Para proteção eficiente contra chuva e neve, recomenda-se jaquetas impermeáveis e com costuras seladas. Tome cuidado com os impermeáveis e não transpiráveis, pois embora ela o proteja da chuva, certamente não o livrará do excesso de suor.



3ª

Camada Protetora

2ª

Camada Quente

1ª

Camada Interna

Camisa Idea

Camisa feminina de mangas longas com ventilação nas costas e discreto bolso frontal. Possui ajuste interno que proporciona o uso das mangas mais curtas. Confeccionada em Supplex® e poliamida texturizada a ar oferece gerenciamento da umidade, leveza, conforto, maciez, durabilidade e resistência.

Camisa Travel

Camisa masculina de mangas longas com ventilação nas costas e nos braços, bolsos frontais com zíper. Possui ajuste interno que proporciona o uso das mangas mais curtas. Confeccionada em Supplex® e poliamida texturizada a ar oferece gerenciamento da umidade, leveza, conforto, maciez, durabilidade e resistência.

Bermuda Allure

Bermuda casual feminina, de design moderno e arrojado, com bolsos frontais e posteriores. Tem elástico na parte posterior da cintura, passantes para uso opcional de cinto, vista com zíper e botão de massa. Confeccionada em Sarja lavada, tem toque agradável, perfeita para o uso urbano e momentos de lazer.

Bermuda Guider Cordura

Bermuda técnica com reforços em Cordura®. Tem elástico na cintura, cinto embutido no cós, vista com zíper e botão de pressão. Seus bolsos frontais são fechados com zíper e tem bolsos cargo nas laterais. Mescla a resistência e a durabilidade dos tecidos MultiDri® e Cordura®.

Camadas de Meias

AQUECENDO OS PÉS

O sistema de camadas também se aplica aos pés. De fora para dentro, a terceira camada é o calçado, a segunda é um par de meias mais grossas e a primeira é um par de meias finas.

O par de meias finas elimina o suor da superfície da pele e o transfere para a camada seguinte, diminuindo o atrito entre os pés e o calçado ou entre os pés e as meias grossas.

Já o par de meias grossas minimiza a pressão e o atrito entre os pés e o calçado, e os mantém aquecidos.

Como primeira camada para os pés, se destacam as meias Veloce, compostas com tecido sintético para manter o suor afastado da pele. Como segunda camada, destacam-se as meias Summit, Trail e Trekking, sinônimos de conforto e desempenho para suas atividades, além de proteger os pés de atritos desnecessários. Possuem alta capacidade térmica e são ideais para suas atividades de inverno.

1ª Camada Interna



2ª Camada Quente



3ª Camada Protetora



Adventure

Meias de cano baixo para atividades de alto impacto. Desenvolvidas para o pé direito e esquerdo, separadamente, visando melhor ergonomia e conforto. Estruturadas com malha dupla com canais de aeração nos pontos de maior atrito. Feitas com fibras de algodão Coolmax® e Amni, que garantem extremo conforto e mantêm os pés sempre secos.

Fast

Meias tipo soquete com faixa elástica transversal de suave compressão. Confeccionadas com microfibras Amni e Coolmax®, garantem total conforto durante a prática de atividades esportivas e troca térmica. Reforço na ponteira do calcanhar protege contra impactos.

Esportiva

Meias de cano baixo, desenvolvida com malha dupla antiatrito, ideais para a prática de esportes em geral. A parte interna protege os pés, mantendo-se justa e com suave compressão para evitar a formação de bolhas. Feitas com fibras de algodão Coolmax® e Amni, que proporcionam extremo conforto e mantêm os pés sempre secos.

Comfort

Meias de cano baixo e canelado, apoio na ponteira e no calcanhar para maior conforto dos pés. Possuem faixa elástica transversal com suave compressão, desenho jacquard.

Check-list

Como utilizar

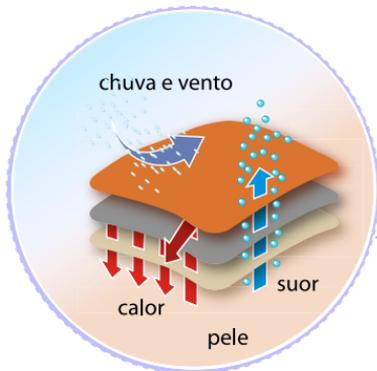
Criamos um check-list para auxiliar seu planejamento. Os itens selecionados são sugestões de produtos e de equipamentos que normalmente utilizamos em nossas viagens. Nos espaços em branco, acrescente o que você achar necessário.

Colocamos a quantidade ideal de cada item, mas cada pessoa sabe exatamente o que é importante para ela, por isso deixamos um espaço em branco ao lado da quantidade. Se você acha que quatro pares de meias são insuficientes, risque o número 4 e escreva ao lado o que acha ideal, por exemplo, 6.

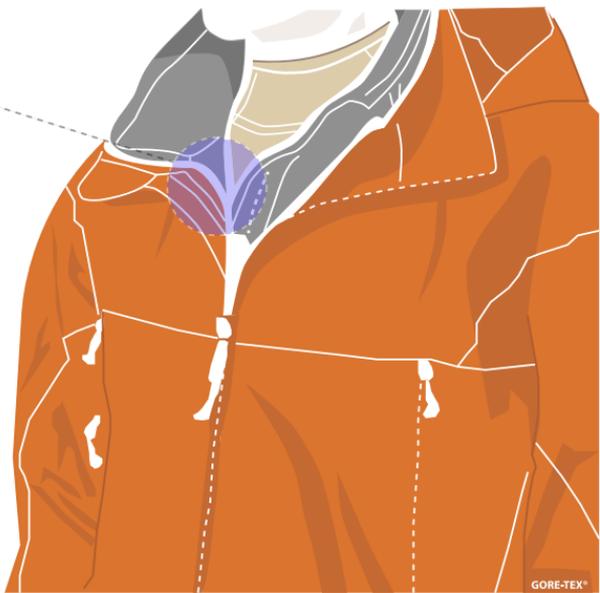
Quando iniciar seu planejamento, preencha o primeiro quadrado se você realmente precisar do produto. Se já o tiver, preencha os dois primeiros quadrados. Se durante o planejamento você comprar o que estava precisando, preencha o segundo quadrado. O terceiro quadrado você só preencherá quando estiver arrumando a mochila para viajar.

Utilizando o check-list desenvolvido pela equipe do portal Extremos, ficará visualmente prático saber o que você precisa, o que tem e o que já guardou na mochila.

Pode-se ainda usar várias camadas intermediárias, tornando-se o sistema com 4 e até 5 camadas de roupa.



- 3^a Camada Protetora
- 2^a Camada Quente
- 1^a Camada Interna



n
a

p m
r o
e t c
c e h
i n i
s h l
o o a

CORPO

- 1__Shorts
- 1__Calça supplex
- 8__Cuecas / calcinhas
- 2__Camisetas de algodão manga curta
- 2__Camisetas de algodão manga longa
- 2__Camisa de powerstrech pile, dryflo, ou similar (under)
- 2__Calça de powerstrech pile, dryflo, ou similar (under)
- 1__Jaqueta de pile (mid)
- 1__Calça de pile (mid)
- 1__Casaco (ou jaqueta) de pluma de ganso (mid)
- 1__Calça de Anorak de Triple Point, Gorotex ou similar
- 1__Jaqueta de Anorak de Triple Point, Gorotex ou similar
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

n
a

p
r
e
c
i
s
o

m
o
c
h
i
l
a

t
e
n
h
o

CABEÇA E MÃOS

- 1__Chapéu ou boné. Melhor com proteção pra nuca e orelhas
- 1__Óculos de sol c/ filtro 100% UVA e UVB, c/ proteção lateral
- 1__Balaclava de powerstrech pile ou similar - Gorro - (under)
- 1__Luvas de baixo finas, powerstrech pile ou similar (under)
- 1__Luvas de pile ou similar (mid)
- 1__Cobre luvas ou luvas "shell" quentes (sem dedo)
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

PÉS

- 1__Tênis para uso na cidade ou descansos
- 1__Bota impermeável para o trekking. Previamente amaciada.
- 4__Meias de algodão (para cidade)
- 4__Meias de lã ou sintéticas (coolmax) para o frio e trekking
- 1__Polainas
- _____
- _____
- _____
- _____

n
a

p m
r o
e t c
c e h
i n i
s h l
o o a

EQUIPAMENTOS

- 2__Bastão de caminhada
- 1__Saco de dormir entre -10°C e -20°C
- 1__Mochila de ataque
- 1__Mochila marinheira (p/ enviar equipo nos animais e avião)
- 1__Protetor solar (mín. fator 30)
- 1__Protetor labial (fator 30 é melhor)
- 1__Cantil de boca larga
- 1__Cantil Dromedary Bag ou similar de 2 ou 4 lts
- 1__Bússola e altímetro
- 1__Canivete suíço
- 1__Kit de higiene pessoal (c/ papel higiênico)
- 1__Sacos de lixo, p/ lixo, manter roupas secas e p/ as sujas
- 1__Headlamp
- 8__Pilhas reservas
- 1__Diário de viagem (Moleskine)
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Carona

Os 10 mandamentos da Carona



Aqui vai uma dica para os backpackers, os mochileiros de plantão que encaram todo o tipo de aventura.

Para se dar melhor em suas caronas, nós do Portal Extremos fizemos algumas clínicas de caronismo para tentar entender um pouco mais sobre o melhor meio de transporte do mundo, aquele que você não gasta nada e ainda faz grandes amizades, de nossas experiências extraímos os 10 mandamentos, dicas fundamentais para você se dar bem em qualquer situação.

1. Placa de sinalização

Em 95% dos casos os motoristas responderam que após lerem a placa de sinalização (um papelão com o nome da cidade de destino), identificaram-se com a cidade nela indicada, moravam nela ou passariam por lá. Isso causava um impulso espontâneo e sem pensar muito, paravam para oferecer carona.

2. Acostamento

Veja bem o local onde você vai pedir a carona, pois se não houver acostamento em boas condições o motorista não tem como parar. Evite acostamentos de terra ou cheios de buracos.

3. Aparência

Você não precisa estar de fraque, muito menos com roupas de marca, mas se estiver limpo e com boa aparência isso ajuda os motoristas a não lhe confundirem com um andarilho, que é totalmente diferente de um mochileiro.

4. Estradas

Dentro das cidades é muito difícil se conseguir carona, assim o melhor é ir para a estrada mais próxima.

5. Pontes

É bom ficar longe de pontes, pois os motoristas podem pensar que você está planejando uma emboscada, que quando pararem podem surgir outras pessoas para efetuarem o assalto. Deixe-os perceberem que você está sozinho mesmo.

6. Subidas

Procure ficar no final das subidas, quando os veículos perdem um pouco de velocidade, o que pode facilitar a decisão do motorista. Se você estiver em um ponto de alta velocidade, em um carro a 120 quilômetros por hora ele mal conseguirá ler o que estiver escrito em sua placa e, com certeza, não freará para lhe dar carona.

7. Curvas

É bom ficar longe de curvas para que o motorista não lhe veja de repente e não tenha muito tempo para ler a placa e tomar a decisão de parar.

8. Atividade diurna

À noite é muito difícil se conseguir carona, pois “todo gato é pardo”, além de ser mais perigoso. Vá para a estrada durante o dia e descanse à noite.

9. Mantenha distância

É melhor se distanciar de outras pessoas quando for pedir carona, pois o motorista pode pensar que todas estão com você. É muito mais fácil se conseguir carona sozinho ou em dupla.

10. Preconceito, não

Não tenha preconceito ao pedir carona, evitando carros velhos ou caminhões. Caminhoneiros são geralmente muito simpáticos, pois normalmente viajam longas distâncias sozinhos e são muito receptivos. Não dispense o que lhe for oferecido, pois pode ser que a próxima oportunidade demore horas.

Em alguns lugares mais afastados como Atacama e Patagônia que tem pouco trânsito de veículos nas estradas, verifique o valor do ônibus, pois muitas vezes são baratos e compensa, melhor do que ficar horas e horas no sol esperando algo incerto.

Organizando a mochila

A mochila

Uma mochila cheia deve ser bem-equilibrada, com os itens mais pesados em cima e o peso puxando diretamente para baixo, sem forçar os ombros ou fazer com que você se incline para frente. É fácil encher uma mochila grande com equipamentos desnecessários. Por isso, sempre reavalie a importância de cada item e se ele tem mais de uma função, o que é ideal.

Uma mochila para uma viagem de 15 dias deve ser a mesma para uma viagem de 45 dias. Essa é uma mochila bem-organizada e bem-elaborada.

Lembre-se, o ideal é sempre levar duas mochilas:

Mochila Cargueira: com todos equipamentos e roupas, você a deixará na sua pousada ou num guarda-volumes de rodoviária, enquanto faz uma trilha ou visita a cidade sem precisar carregar esse peso.

Mochila de Ataque: onde você levará os itens de maior necessidade ou valor (máquina fotográfica, filmadora, um pouco de comida - bolachas, balas, amendoim etc. - e o reservatório de água de 2 ou mais litros.

Use organizadores para separar e organizar todos os seus equipamentos e roupas,

Guia, carregadores de
bateria, balas, barras de
cereais, etc.



Roupas, Kit higiene, Kit pri-
meiros socorros, etc.



Saco de dormir
Barraca (p/ 1 pessoa)
tenis, bota e chinelo, etc.



Acessórios

Organizando

Em minha primeira viagem pela Patagônia todos os itens dentro da mochila ficavam soltos, as roupas acabavam misturadas com equipamentos de fotografia e comida.

Na segunda viagem, inclui um item que mudaria de uma vez por toda essa situação e deixaria minhas viagens e minhas aventuras mais organizadas e, por consequência, mais tranquila e prazerosa. Comecei a utilizar os “organizadores”, como este da página ao lado, da Curtlo. Dessa forma, tenho um somente para roupas, que além da organização, faz com que amassam menos, e tenho outro menor para cuecas e meias. Os kits de primeiros socorros e de higiene têm seus próprios organizadores. Assim, tudo fica dentro de organizadores de diversos tamanhos.

Luvas ThermoSkin® - unissex

Luvas de dedos longos, ideais para ser usadas como primeira camada, por baixo de outras. Mantém as mãos secas e aquecidas em ambientes de baixa temperatura e seu design anatômico garante liberdade de movimentos em qualquer atividade física. Internamente, seu exclusivo tecido bifuncional é aquecedor e macio.

Mesh Organizer P / G

Para transporte de roupas de forma mais organizada e mais prática, evitando que amassem. Além de arejar, a tampa em tela facilita a visualização do conteúdo interno.

Boné Expedition

Boné tipo legionário, em seis gomos, feito em tecido MultiDri®. Tem regulador em velcro e protetor removível para a nuca e o pescoço.

Money Belt

Porta-documentos e porta-dinheiro para ser usado na cintura, geralmente por baixo da roupa, em viagens ou no dia a dia.

Idioma

Hablado español

Veja abaixo a seleção de frases e de expressões indispensáveis para se viajar por países latinos. É muito importante aprendê-las para que você consiga se comunicar, ainda que com limitações, com moradores dos locais que visitar ou outros viajantes que encontrar pelo caminho.

¿Cómo te llamas? - ¿Cuál es tu nombre?
Como se chama?

Me llamo...(seu nome)
Me chamo.. ..

Muchas gracias.
Muito obrigado.

De nada.
De nada.

Buenos días.
Buenas tardes.
Buenas noches.

Bom dia.
Boa tarde.
Boa noite.

¿Cómo está? - Formal
¡Hola! ¿Qué tal? - Informal
Como vai?

Mucho gusto.
Muito prazer.

¿Qué hora es? - ¿Qué horas son?
Que hora é? -Que horas são?

Es(Son) las .
É (São).

¿Qué necesita(s)?-¿Qué quiere(s)?-
-¿Qué desea(s)? -

O que você deseja?. * se acrescenta S
no final somente em conversas informais.

Quiero qué
Quero que.....

¿Que pasa?
Qual é o problema?
O que acontece?

Disculpame, perdón .
Desculpa.

Permiso.
Com licença.

Sientate.
Sente-se.

¡Levantaté, porfavor!
Levante-se porfavor!

¿Qué lenguas hablas?
Que línguas você fala.

Hablo Portugués y un poco de Español.
Falo Português e um pouco de Espanhol.

¿Cuál es tu apellido?
Qual é o seu sobrenome?.
Cuidado sobrenome em Espanhol é
apellido e apelido em Espanhol é apodo.
Não vai se confundir.

¿A qué se dedicas?- ¿Cuál es tu profesión?

Qual é a sua profissão?

Soy...

Sou...

¿Cuál es su dirección?

Qual é o seu endereço?

¿Cuál es su edad? - ¿Cuántos años tienes?

Qual é a sua idade?

Tengo 25 años

Tenho 25 anos.

¿De dónde eres?

De onde você é?

Soy de San Pablo , Brasil

Sou de São Paulo, Brasil

¿Cuánto tardas en llegar el avión?

Quanto vai demorar em chegar o avião?

¡Necesito auxilio!

Necessito ajuda!

¿Podría ayudarme?

Poderia me ajudar?

¿Dónde están mis maletas?

Onde estão minhas maletas?

¿Dónde es la parada de autobús?

Onde que é a parada de onibus.

Quisiera alquilar un coche, por favor.

Queria alugar um carro, por favor.

Sí, aquí tenemos varios coches.

Sim, aqui temos varios carros.

¿Cuánto cuesta éste?

Quanto custa este?

Son cuarenta pesos.

São quarenta pesos.

¿Dónde podemos tomar una cena exquisita?

Onde podemos ter uma janta deliciosa?

En el restaurante "Don Jamón"

No restaurante "Don Jamón"

¿Dónde hay un teléfono publico más cercano de aquí?

Onde tem um telefone público mais próximo daqui?

Hay uno en el fin de esta calle.

Tem um no fim desta rua.

¡Perdóname! ¿Cómo se llama esta calle?

Desculpa-me! Como se chama esta rua?

Se llama.....

Chama-se.....

¿Cuántos años tiene su padre?

Quantos anos têm seu pai?

Mi padre tiene 60 años.

Meu pai tem 60 anos.

Está lloviendo (nevando, frío, cálido)

Está chovendo (nevando, frio, calor)

¿Tienes tarjeta de crédito?

Você tem cartão de crédito?

Si tengo

Sim tenho.

No tengo

Não tenho

Señora su tarjeta de crédito está caducada.

Senhora o seu cartão está vencido.

¿Cuál es el número de su móvil?

Qual é o número do seu celular?

Es.....

É.....

¿En que hotel estás?

Em que hotel você está?

Estoy en el hotel "Los hermanos".

Estou no hotel "Los hermanos".

¿Qué horas abre el museo?

Que horas abre o museu?

El museo abre por las diez de la mañana.

O museu abre ás dez da manhã.

¿Qué fecha es hoy?

Que data é hoje?

¿Qué horas quedamos?

Que horas nos encontramos?

Quedamos por las 7 de la tarde.

Nos encontramos ás 7 da tarde.

Esto es una broma.

Isto é uma brincadeira.

¿Estás enamorada(o)?

Está namorando?

¡Feliz cumpleaños!

Feliz aniversário!

¡Feliz Navidad!

Feliz natal!

¡Feliz noche vieja!

Feliz ano novo!

¿Tomamos una gaseosa?

Vamos tomar um refrigerante?

Sí, por supuesto

Sim, claro.

No, no puedo.

Não, não posso.

¿Dónde trabajas?

Onde você trabalha?

Trabajo en una empresa multinacional.

Trabalho em uma empresa multinacional.

¿Estás de vacaciones?

Está de férias?

Si, estoy.

Sim, estou.

Ducharse.

Tomar banho.

Lavar las ropas sucias.

Lavar as roupas sujas.

Ver a una pelí (película)

Assistir um filme.

Llamar a alguien por teléfono.

Ligar para alguém.

Contestar el teléfono.

Atender o telefone.

Montar en bicicleta.

Andar de bicicleta.

Hacer la comida (el almuerzo, la cena)

Fazer a comida (o almoço, o jantar)

Ir a cenar en un restaurante .

Jantar em um restaurante.

Ir a comprar un periódico en el quiosco.

Ir comprar um jornal na banca.

Quedar con un amigo/a

Encontrar com um amigo/a

Hacer la lista de compras.	20	veinte
Fazer a lista de compras.	21	veintiuno
	22	veintidós
Ir a la exposición de artes.	30	treinta
Ir a exposição de artes.	31	treinta y uno
	40	cuarenta
Mirar la tele (televisión)	50	cincuenta
Ver televisão.	60	sesenta
	70	setenta
Cambiar de ropas (vestuario)	80	ochenta
Trocar de roupas.	90	noventa
	100	ciento/ cien
Planchar la ropa	101	ciento uno
Passar a roupa.	200	doscientos
Comprar una nueva prenda de ropa.	300	trescientos
Comprar uma nova peça de roupas	400	cuatrocientos
	500	quinientos
Sacar dinero del cajero automático.	600	seiscientos
Tirar dinheiro do caixa eletrônico.	700	setecientos
	800	ochocientos
Sacar la basura.	900	novecientos
Tirar o lixo.	1.000	mil
	1.001	mil uno

Números

0	cero
1	uno
2	dos
3	tres
4	cuatro
5	cinco
6	seis
7	siete
8	ocho
9	nueve
10	diez
11	once
12	doce
13	trece
14	catorce
15	quince
16	dieciséis
17	diecisiete
18	dieciocho
19	diecinueve

Días da semana

Lunes
Segunda-feira
Martes
Terça-feira
Miércoles
Quarta-feira
Jueves
Quinta-feira
Viernes
Sexta-feira
Sábado
Sábado
Domingo
Domingo



Fila de caminhão

Essa é uma visão do final da Caracoles, sentido do Chile para Argentina, se olhar bem verá uma imensa fila de caminhões na espera de passar pela aduana.



Caracoles

Após atravessar a aduana entre Argentina e Chile, aparecerá a famosa Caracoles, são 32 curvas para facilitar a travessia da Cordilheira dos Andes.



Aconcágua

40 minutos depois da saída da rodoviária de Mendoza, em direção a Cordilheira dos Andes, você terá uma rápida vista do Aconcágua 6.976m.



De avião

Se você optar em fazer a viagem do Brasil para Santiago de avião, está será a linda imagem que você terá ao atravessar a Cordilheira dos Andes por cima.



Geiser del Tatio

Você irá sair as 4h da manhã de San Pedro de Atacama que está a 2.500m e subirá para 4.350m em menos de 2h, pois a maior atividade do geiser é exatamente ao nascer do sol.



Sarau

A pousada em que fiquei era bem simples, custava U\$ 12 a diária, mas a noite nos reuníamos com todos viajantes para um jantar e um sarau a volta da fogueira.



Bike a Pukara de Quitor

Aproveite cada tempo livre que você tiver em San Pedro de Atacama, há diversos roteiros curtos para você aproveitar ainda mais a região, e pedalar a 2.500m é algo diferente.



Mensagens

A minha viagem aconteceu em junho de 2006, época da Copa do Mundo, e as pessoas com quem fiz alguns roteiros, deixaram um recado sobre nossas aventuras.



O Fantasma de Uyuni

Técnica de light paint. Com exposição de um minuto, o indiano Ash ficou parado em frente a câmera, e "pinte" ele com minha lanterna durante 3 segundos.

Roteiro de Aventura

Portal Extremos

www.extremos.com.br

www.roteirodeaventura.com.br

www.trekkingeverest.com.br

www.trekkingpatagonia.com.br

Fotos: Elias Luiz

Texto: Elias Luiz

Mapas: Fabio Ramos e Portal Extremos

Revisão dos textos: Amandina Morbeck

Patrocínio: Curtlo

Reservado todos os direitos. Nenhuma parte desta publicação poderá ser reproduzida em sistema algum, nem armazenada em servidor que não pertença ao Portal Extremos. As resenhas e trechos que foram tirados deste roteiro, só poderão ser publicados mediante autorização do editor.

Este é um produto gratuito. É proibido a venda por terceiros.

Próximos lançamentos





Uma aventura completa:

- Planejamento
- Organização
- Culturas diferentes
- Comidas exóticas
- Noções de economia
- Idioma

Roteiro - Salar Uyuni

Guia rápido	2
O editor	3
Mapa	4
Fotos	6
O autor	12
Panorama	14
Santiago	18
San Pedro de Atacama	20
Travessia	26
Retornando	31
Camadas	32
Check-list	40
Organizando a mochila	46
Idioma	50
Fotos	54
Próximos lançamentos	59

O ROTEIRO DE AVENTURA - Atacama - levará você a conhecer um pouco da Argentina, a inesquecível travessia da Cordilheira dos Andes, conhecerá Santiago, a capital chilena com vista para as montanhas nevadas dos Andes, durante a viagem de ônibus para o norte do Chile avistará o oceano pacífico, conhecerá também o mais árido deserto do mundo, o Atacama, descobrirá as peculiaridades de um oásis no meio deste deserto chamado de San Pedro de Atacama, e os diversos roteiros que a cercam e a sua deliciosa comida.

Para completar com chave de ouro toda essa aventura, você irá realizar uma das mais lindas travessias do mundo, no conforto de uma 4x4 onde passará 4 dias inesquecíveis vendo uma das mais belas paisagens do nosso continente em território boliviano.

1.1
versão

ROTEIRO de *Aventura*