

# TRAVESSIA DA MANTIQUEIRA

De Joanópolis a Penedo em 10 dias de pedal

  Paulo de Tarso



Há mais de 20 anos pedalo na Serra da Mantiqueira, que considero o melhor local para a prática do mountain bike e cicloturismo no Brasil. A ciclovagem denominada Travessia da Mantiqueira que organizo para grupos está dividida em 10 dias, para que o ciclista curta a paisagem e desfrute das belas e pequenas cidades por onde passamos.

A Serra da Mantiqueira é o mais importante maciço montanhoso do país, que se espalha pelas divisas de São Paulo, Minas Gerais e Rio de Janeiro. Possui uma linha de cumes mais elevada que se inicia próximo a Bragança Paulista seguindo na direção norte-nordeste, delineando as divisas dos três estados até a região do Parque Nacional do Itatiaia, continuando dentro do estado de Minas até Barbacena, numa extensão total de aproximadamente 500 km. Desta estrutura mais elevada ela desce em direção ao sul de

Minas formando uma série de montanhas e planaltos elevados. Nela encontramos vários picos com mais de 2.000 metros de altitude, sendo que três estão entre os dez mais altos do Brasil.

Mantiqueira se origina do tupi-guarani e significa "serra que chora". Os índios que habitavam a região assim a denominaram devido à grande quantidade de nascentes e riachos encontrados em suas encostas. Seu nome já indica a sua grande importância como fonte de água potável. Os rios dali abastecem um grande número de importantes cidades do sudeste.

No início da ocupação do Brasil, a Mantiqueira foi um grande obstáculo a ser vencido pelas expedições que iam para o interior em busca do ouro e das pedras preciosas. Vários desbravadores paulistas, entre eles Fernão Dias Paes Leme, abriram e consolidaram um





caminho que se iniciava no Planalto Paulista, durante a segunda metade do século XVI e todo o século XVII. O caminho seguia pelo Rio Paraíba passando por onde hoje estão as cidades de Taubaté, Pindamonhangaba, Guaratinguetá, Lorena até a cidade de Cachoeira. Daí atravessava a Serra pela Garganta do Embaú e Passa Quatro e adentravam pelo Sertão da Mantiqueira.

O roteiro desafia esses obstáculos do passado e sobe as montanhas para fazer uma travessia de mountain bike passando por pequenos povoados rurais, cidadezinhas bucólicas do interior e conhecidas cidades turísticas de montanha com ar europeu, cercadas de montanhas encantadoras por suas belezas naturais e tropicais – florestas de Mata Atlântica com toda a riqueza da flora e fauna, verdejantes pastagens, serras azuladas, riachos, um clima agradável com uma temperatura média anual de 22 °C, cachoeiras em meio a bosques de araucárias. Um roteiro belíssimo passando por locais quase inexplorados, por entre vales e encostas escarpadas e recomendado somente para quem já possui um certo preparo físico, pois além de serem vários dias de pedal, o ciclista vai enfrentar longas distâncias e muitas subidas.

#### **1º dia – Joanópolis a Monte Verde - 37 km**

O roteiro tem início em Joanópolis, interior de São Paulo, cidade conhecida como a Capital do Lobisomem, decorrente do folclore da bela região que é cercada pelas altas montanhas da

Serra do Lopa, vales e morros por onde correm seus riachos, formando exuberantes cachoeiras. O caminho alterna entre trechos asfaltados e de terra, com várias subidas. Monte Verde é uma estância climática, a 1.600 metros de altitude, encravada na Serra da Mantiqueira junto à divisa do estado de São Paulo. Sua população é, em geral, descendente de letões, alemães, suíços e italianos que fazem questão de conservar o aspecto europeu do lugar. No inverno, a temperatura cai facilmente a alguns graus negativos. A temperatura mais baixa registrada foi de 14 graus abaixo de zero. A principal atividade da cidade é o turismo que ficou conhecido pelos seus chocolates, aconchegantes chalés e pela paisagem que lembra algumas cidadezinhas alpinas europeias.

#### **2º dia - Monte Verde a Sapucaí Mirim - 68 km**

O gostoso caminho de Monte Verde rumo a Sapucaí Mirim passa por estradinhas de terra, em um roteiro batizado por nós como Rota das Araucárias. No trajeto, basta seguir as placas rumo a Gonçalves. Apesar de predominar muitas descidas, o percurso é duro e é compensado pela enorme beleza natural. Sapucaí Mirim está localizada no extremo sul de Minas Gerais, na divisa com o estado de São Paulo, outra belíssima região de montanhas e vales, abundância de água e paisagens muito bonitas aonde o turismo vem se desenvolvendo de maneira acentuada nos últimos anos. Próximos a Sapucaí Mirim encontram-se alguns dos picos mais altos da Serra da



Mantiqueira, como o Pico do Selado e a Pedra de São Domingos, cachoeiras belíssimas e a famosa Pedra do Baú.

### 3º dia - Sapucaí Mirim a Campos do Jordão – 25 km

Apesar dos primeiros quilômetros serem marcados por um longo trecho plano em meio a um lindo vale com vista para a Pedra do Baú, é um dia marcado por muitas subidas: são pelo menos 12 quilômetros ininterruptos contornando a serra e aliviando a inclinação. A chegada em Campos do Jordão é próximo ao Auditório, um dos pontos turísticos mais atrativos da cidade. A cidade é a mais famosa estância de inverno do país. Tem fama de ser sofisticada e cara, mas também rica em trilhas para mountain bike. A cidade tenta impressionar com construções em estilo enxaimel, que lhe empresta ares alpinos, em pleno Brasil subtropical. Apesar de muitos ciclistas pedalando por suas trilhas e estradas, o turismo é direcionado ao motor – carrões 4 x 4 ou modelos luxuosos desfilam pelo já caótico trânsito da cidade e motos ou quadriciclos tentam dar um ar de riqueza, ao contrário das verdadeiras cidades alpinas, onde o principal é praticar esporte.

### 4º dia - Campos do Jordão a Wenceslau Brás – 56 km (17 km até o Horto e 39 km do Horto até Wenceslau Brás)

A travessia deste dia segue rumo ao Horto Florestal de Campos do Jordão e o bosque vermelho, parada obrigatória até a cidade de Itajubá. O trajeto alterna pequenas subidas com descidas e o caminho é tranquilo e fácil, basta seguir a estrada principal. Na divisa entre São Paulo e Minas acontece uma brusca mudança na paisagem: no lado de São Paulo ainda há uma mata intensa, e do lado mineiro só campos de pasto. Os locais afirmaram que a mudança é natural, não decorrente de desmatamento. Seguindo em frente, despencamos por uma descida até o Bairro do Charco. São quase 15 km de descida muito forte, mas a linda paisagem não nos permite soltar o freio. Como na cidade não há hotel ou pousada, seguimos o asfalto à direita por cerca de cinco quilômetros até a Pousada Lajeado.

### 5º dia - Wenceslau Brás (Pousada Lajeado) até Virgínia – 65 km

Uma etapa de muitas subidas, a começar pela quase abandonada estrada de asfalto no meio da Serra da Mantiqueira, saindo da pousada. Que estrada linda e gostosa de pedalar, tranquila, bastante arborizada e rodeada por montanhas. Nessa etapa também não é necessário planilha, basta seguir as placas que indicam Marmelópolis. Depois de uma subida longa de 10 km, a paisagem que já era bela se torna esplêndida no topo da serra. Nesse roteiro também se observa a imponência do Pico dos Marinês. Em uma descida alucinante, chegamos a Marmelópolis, cidade pequena com pouco mais de dois mil habitantes que esconde algumas das trilhas mais bonitas do país. Dali a Virgínia, 23 km seguindo as placas pelo Bairro da Gorda. Ainda são necessárias energias para nove quilômetros de subida. Aproveite e contemple a paisagem, que a cada curva fica mais encantadora: um presente que só a Mantiqueira pode nos dar. No final, uma descida com uma parada obrigatória na cachoeira que está ao lado direito e mais três quilômetros à beira de um lindo córrego até a cidade de Virgínia. A região é cercada por montanhas, destacando-se os Picos do Varjão e da Fortaleza, ambos com 1.600 metros de altitude, e o Pico de Virgínia, habitat do gavião carcará, uma das maiores aves de rapina do mundo.

### 6º dia - Virgínia a Passa Quatro – 34 km

É talvez o dia mais tranquilo da travessia, um dia para soltar as pernas e aproveitar a aconchegante cidade que esta por vir. Mas isso não quer dizer que o trajeto não tem subida, uma constante em qualquer pedalada na Serra da Mantiqueira. Para quem curte competição, parte do trajeto é roteiro de conhecidas e tradicionais competições de mountain bike realizadas na região, como Big Biker e Power Biker. São 34 quilômetros até Passa Quatro, pela Serrinha, pois existem outros trajetos muito mais duros até lá. Passa Quatro é uma estância hidromineral situada ao longo de um verdejante vale, no extremo sul de Minas





Gerais. O nome Passa Quatro foi dado pelos Bandeirantes, pois para se chegar ao pouso, cortava quatro vezes o rio. O rio quatro vezes transposto ficou sendo o Rio Passa Quatro, bem como o povoado que nascia ali. Em 1822, Saint Hillari, no registro de sua segunda viagem a Minas Gerais, disse: "desde que viajo na Capitania de Minas, talvez nada visse de mais belo que a região atravessada". E ele tinha razão, pois Passa Quatro continua em paz, gozando das vantagens de uma natureza exuberante, um clima privilegiado, uma população simples e acolhedora, e um lugar repleto de estradas e trilhas de mountain bike.

#### **7º dia – Passa Quatro a Itamonte – 30 km**

Em mais um dia tranquilo, optamos seguir para Itamonte via Itanhandu, pelo antigo caminho por onde passava a linha de trem. Parte do trecho segue margeando as geladas águas do Rio Verde. Localizada no extremo sul de Minas Gerais, Itamonte está bem na divisa dos estados do Rio de Janeiro e São Paulo. Não é de hoje que aventureiros andam pelos caminhos de Itamonte. Lá em meados do século XVI, o donatário Martin Afonso de Souza, da capitania de São Vicente (SP), ordenou que seus homens conhecessem o interior do país. Em 1531, depois de percorrer 115 léguas, atravessando florestas virgens e transpondo as Serras do Mar e Mantiqueira, a primeira expedição chegou a São José do Itamonte. O grupo tomou a garganta da Lapa - vertente Leste da Mantiqueira, entre os estados do Rio de Janeiro e São Paulo, passou pelo Alto do Registro e acompanhou o curso do Rio Capivari até a confluência com o Rio Verde. Deparou-se, no caminho, com um Monte, o Picú, que desde então é ponto de orientação para quem chega à região. Durante séculos, a cidade foi apenas passagem para quem tinha como destino o chamado Circuito das Águas. Hoje, como à época das Bandeiras, Itamonte está sendo descoberta por aqueles que se "aventuram", amantes da natureza. Itamonte faz parte do Parque Nacional de Itatiaia e da Reserva Ecológica do Papagaio. São dezenas de cachoeiras, trilhas e caminhos históricos a serem pedalados.

#### **8º dia – Itamonte a Fragária – 43 km – via estrada da Alagoa**

Apesar de parte do trajeto ter sido asfaltada, o movimento é pouco e a natureza continua bela. A oitava etapa segue rumo ao povoado de Fragária e basta seguir as placas Alagoa e Fragária. É o trecho mais bem sinalizado de toda a travessia, com placas de bom gosto, em madeira, dando um ar bem rústico ao local. Após 43 km chegamos ao vilarejo escondido nas montanhas do Parque Nacional de Itatiaia, pela estrada que leva ao Pico das Agulhas Negras. Antigos trabalhadores do Parque Nacional de Itatiaia afirmam que a estrada por onde começamos nossa pedalada foi aberta durante a Revolução Constitucionalista de 1932.

#### **9º dia – Fragária a Visconde de Mauá – 57 km**

Talvez o trecho mais bonito e difícil da Travessia, marcado por subidas íngremes e curtas em meio a uma paisagem quase intocada, em que pequenos povoados se estabeleceram: difícil acreditar que tão perto das principais capitais do país ainda encontremos locais assim. Às vezes, a impressão que dá é que estamos perdidos, mas depois de muitas descidas chegamos ao povoado de Santo Antônio, em Bocaína de Minas. Dali, mais subida até o Mirantão. O motivo do nome Mirantão é curioso. Para quem não conhece, dá a impressão que é porque tem uma linda vista, um mirante. Mas nada disso. A lenda diz que no passado dois bêbados começaram a discutir em um bar, até que um chamou o outro para um duelo. O outro, mais bêbado ainda, tirou a camisa e gritava "mira ntão" (de Mira então), num linguajar da roça. Aí o nome do simpático povoado. Visconde de Mauá é mais uma das joias da Serra da Mantiqueira. Está na divisa dos estados do Rio de Janeiro e Minas Gerais, no Vale do Rio Preto, distante 198 km do Rio de Janeiro. A Vila de Visconde de Mauá pertence ao município de Resende. O diferencial da região está na abundância de águas límpidas e cristalinas que se expressam em belas cachoeiras, rios, riachos e piscinas naturais. A região de Visconde de Mauá é compreendida por três vilas principais: Visconde de Mauá,

**Quando ir:**

De maio a agosto, quando as temperaturas são mais amenas e chove menos.

**Onde ficar:**

Em todas as cidades da Travessia da Mantiqueira existem hospedagens para todos os bolsos.

**Quem leva:**

O Sampa Bikers organiza uma vez ao ano, normalmente nos meses de julho, a Travessia da Mantiqueira em sete dias, com início na cidade de Campos do Jordão e término em Penedo. Durante todo o ano, realiza também trechos da Travessia.

[www.sampabikers.com.br](http://www.sampabikers.com.br)

Maringá e Maromba, em ordem de chegada. Como o rio que corta as três vilas é fronteira natural dos estados de MG e RJ, as vilas têm seu lado mineiro e carioca. Mas considero que o lugar já perdeu aquela tranquilidade comum das diversas cidadezinhas por onde passamos, pois como em toda cidade turística, dá ênfase ao turismo de carro ou moto, o que não combina muito com o cenário bucólico de imensa beleza.

### 10º dia – Vale do Acantilado a Penedo – 35 quilômetros

O movimento de carros é grande e muitas vezes os motoristas não respeitam os ciclistas. Passamos pela cidade de Visconde de Mauá e pegamos a estrada principal que liga a Rodovia

Presidente Dutra, rumo a Penedo. Logo após o fim da subida, um mirante dá as boas-vindas do Vale do Paraíba e é possível avistar a Serra da Bocaina e a cidade de Rezende, ao longe. A sujeira domina o local, com sacos e garrafas plásticas. É o turismo de massa! Nos 13 km de descida seguintes, a bicicleta segue mais veloz que qualquer carro. Mas quem diz que algum carro admite abrir espaço para uma bicicleta ultrapassar? Como a estrada é precária, a bicicleta ultrapassa facilmente os carros, para irritação da maioria. O maior cuidado deve ser em relação aos carros que sobem. Mesmo com todo esse estresse, é possível, com muita atenção, aproveitar a pedalada e a linda paisagem que ainda resta. Em alguns pontos da estrada avistamos a

linda vista do Pico de Itatiaia. Após 35 km de pedal chegamos a Penedo, considerada a Finlândia brasileira (apesar de estar longe disso). Um detalhe que chamou a atenção é a falta de espaços para as pessoas circularem, porque as calçadas deram lugar a estacionamentos para carros. Apesar disso, a vila tem seu charme e é possível comer uma ótima truta por lá.

Dessa forma, a Travessia da Mantiqueira é completada em um total de 455 km. As cidades que fazem parte da Serra da Mantiqueira estão próximas das capitais Rio de Janeiro, Belo Horizonte e São Paulo, facilitando o acesso.

