





CHAPADA DIAMANTINA

ARQUITETO NATURAL DO RIO DE JANEIRO E TORCEDOR DO FLUMINENSE, PEDALA DESDE OS 8 ANOS, QUANDO GANHOU SUA PRIMEIRA BICICLETA, UMA CALOI DOBRÁVEL. SUA PAIXÃO PELO CICLISMO ACONTECEU AOS 11 ANOS, APÓS ASSISTIR UMA CORRIDA. ATUALMENTE É PRESIDENTE DO SAMPA BIKERS.



DEZ MELHORES DESTINOS PARA PEDALAR NO BRASIL

por PAULO DE TARSO

HÁ MAIS DE 20 ANOS PEDALANDO E VIAJANDO PELOS PRINCIPAIS LOCAIS DO BRASIL, FOI UM GRANDE DESAFIO SELECIONAR OS DEZ PRINCIPAIS DESTINOS PARA SE PEDALAR NO PAÍS

O Brasil é privilegiado em paisagens naturais e diversidade cultural, e não foi nada fácil listar apenas dez destinos. Para esta lista, me baseei no meu gosto pessoal e na opinião dos centenas de cicloturistas que já pedalarão com o Sampa Bikers, já com 24 anos de existência.

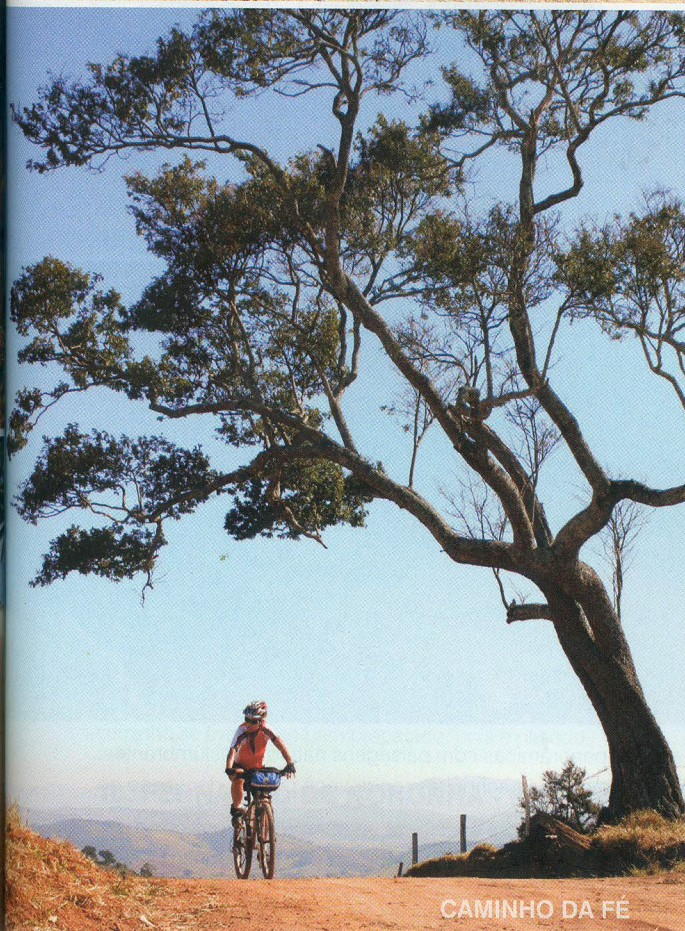
1. ROTA DO DESCOBRIMENTO - BAHIA

Na minha opinião, é disparada a melhor cicloviagem do Brasil! O cicloturismo pela Rota do Descobrimento vai de Prado a Arraial d'Ajuda, região considerada um paraíso, tal como Pedro Álvares Cabral e sua esquadra a viram pela primeira vez, em 22 de abril de 1500. É uma das pedaladas mais belas do planeta. O ideal é percorrê-la em seis dias de pedaladas à beira-mar, cruzando rios e falésias por trilhas em meio a coqueirais. Travessias de barco, passeio de escuna, mergulho em corais e uma inesquecível apresentação indígena na tribo Pataxó. Conforto, requinte e ótima gastronomia típica baiana fazem parte dessa inesquecível viagem de bicicleta.



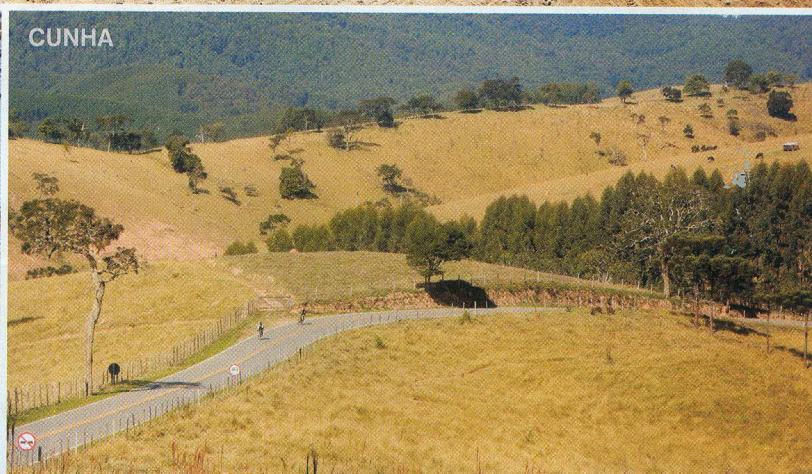
Foto: FABIO MORAIS

AMENTO

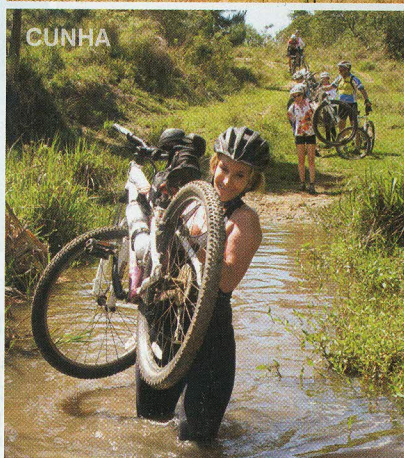


CAMINHO DA FÉ

CUNHA



CUNHA



ESTRADA REAL

3. CICLOTURISMO NA COSTA DOS COQUEIROS - BAHIA

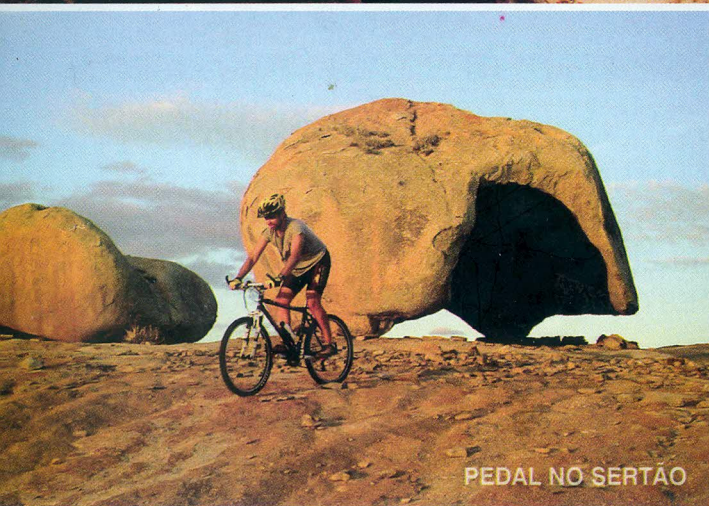
Pedalar na Costa dos Coqueiros é realmente deslumbrante. Sua beleza natural pode ser percebida desde as águas cristalinas dos rios, lagos e praias, até em penetrante observação da rica fauna e flora nativa, além da cultura peculiar na gastronomia, moda, artesanato e tantos outros. Os coqueiros, símbolos de sombra e água fresca, estendem-se pelos 140 quilômetros de pedaladas, sempre à beira-mar, desde Mangue Seco até a Praia do Forte, no extremo norte do litoral baiano. O ideal é percorrer em cinco dias de pedal. Todo o trajeto é feito pela praia e cada dia a hospedagem é em um povoado diferente.

4. TRAVESSIA UBATUBA A PARATY - SÃO PAULO E RIO DE JANEIRO

No meio do caminho entre Rio e São Paulo está Ubatuba-Paraty, ou vice-versa, um dos trechos mais bonitos de uma das estradas mais bonitas do mundo: a Rio-Santos. São 75 quilômetros a partir do trevo da estrada de Taubaté (SP). O asfalto é bom, principalmente no trecho de São Paulo. O ideal é pedalar fora da alta temporada, onde o movimento de carros é bem menor. É possível chegar ao destino em apenas um dia, mas quem quiser curtir o roteiro como uma bela viagem de cicloturismo levará dois ou mais dias. Isso porque o caminho oferece diversas opções de hos-



ROTA DO DESCOBRIMENTO



PEDAL NO SERTÃO



COSTA DOS COQUEIROS

2. PEDAL NO SERTÃO - PARAÍBA

A paisagem sertaneja e o clima semiárido produzem um cenário único. Rios temporários, lajedos, formações rochosas, sítios arqueológicos e caatinga, com sua diversidade vegetal, dão um tom peculiar à região. Bem no Centro-Sul do estado da Paraíba, entre a secura do sertão, na região do Cariri, entre as cidades de Cabaceiras e Boa Vista. Esse trecho do sertão paraibano é marcado também por milhares de blocos enormes de pedra esparramados pelo solo. Mais do que um elemento atraente na paisagem, muitas pedras são autênticas relíquias arqueológicas, com pinturas rupestres e inscrições em baixo relevo ainda pouco

estudadas.

E nesse remoto lugar do sertão de instigante passado neolítico, entre cactos e grandiosos monumentos naturais de rochas, está localizado um dos paraísos do mountain bike do Nordeste, quiçá do mundo! É semelhante a um dos picos mais tradicionais do mountain bike mundial: Moab, no deserto de Utah (EUA). Mas com duas diferenças: “é no Brasil e é muito mais bonito”, afirma a nossa amiga Renata Falzoni, que já esteve nos dois locais. O ideal é curtir o local em cinco dias de pedal, praticando o mais puro mountain bike, que inclui muitos single tracks e longas pedaladas em cima de lajedos de pedra.

7. VALE EUROPEU - SANTA CATARINA

O circuito tem um total de 328 km, com início e final na cidade de Timbó. O percurso pode ser dividido em parte alta e parte baixa. A parte baixa acompanha o vale dos rios, indo de Timbó até Rodeio. Há subidas e descidas, é claro, mas retorna sempre a uma altitude pouco maior do que a do nível do mar. A parte alta inicia na cidade de Rodeio, subindo a serra em direção às represas, que ficam a cerca de 700 metros de altitude. É uma região mais rural e isolada, com a natureza fortemente presente. Por todo o roteiro existem opções para boas refeições. E os descendentes de europeus capricham na preparação de pratos típicos.

8. CHAPADA DA DIAMANTINA - BAHIA

A Chapada reúne variados atrativos naturais e culturais no coração do estado da Bahia. É roteiro certo para quem busca paz e tranquilidade ou para quem está atrás de história e aventura.

Vasta Mata Atlântica, campos floridos e planícies de um verde sem fim dividem a paisagem com toques de caatinga e cerrado. Imensos paredões, desfiladeiros, cânions, grutas, cavernas, rios e cachoeiras completam o cenário de rara beleza da Chapada Diamantina. Reduto de belezas naturais, a Chapada abarca uma diversidade grande de fauna e flora. São mais de 50 tipos de orquídeas, bromélias e trepadeiras, além de espécies raras de animais, como tamanduá-bandeira, tatu-canastra, porco-espinho, gatos selvagens, capivaras e inúmeros tipos de pássaros e cobras. O Parque Nacional da Chapada Diamantina, criado na década de 80 do século XX, atua como órgão protetor de toda essa exuberância.

9. ESTRADA REAL - MINAS GERAIS E RIO DE JANEIRO


A Estrada Real é um fantástico caminho histórico brasileiro, onde no passado foi passagem obrigatória do ouro, do interior do Brasil para o porto de Paraty (RJ), de onde seguia para Portugal. Foi sendo construída nos muitos anos de idas e vindas das Minas ao litoral, desde o século XVII, em busca das riquezas.

Prepare-se para uma longa e dura pedalada. Minha recomendação é percorrer o Caminho Velho, mais seguro que o caminho novo e muito mais charmoso. De Ouro Preto a Paraty, ou vice-versa, que tem muito mais subidas.

O ideal é estudar bem o roteiro. Ver as opções de hospedagens, ter mapas do percurso, procurar desviar o caminho de estradas mais movimentadas. O ideal é percorrer de 30 a 50 quilômetros por dia, para aproveitar bem os locais por onde estará passando. A duração depende do tempo disponível e do preparo físico. Mas a dica é só percorrer todo o caminho se tiver muito bem preparado, pois é pesado.

10. FERNANDO DE NORONHA - PERNAMBUCO

O arquipélago de Fernando de Noronha é formado por 21 ilhas, numa área de 26 km², sendo a principal e a maior de todas também chamada de Fernando de Noronha, a única ilha habitada – as demais estão contidas na área do Parque Nacional Marinho e só podem ser visitadas com licença oficial do IBAMA. Em 2002, recebeu o título de Patrimônio Mundial da Humanidade, concedido pela UNESCO.

A ilha é pequena, tem apenas 17 km², a 545 km da costa e onde vive pouco mais de 3 mil habitantes. O turismo é desenvolvido de forma sustentável, criando oportunidade do encontro equilibrado do homem com a natureza em um dos santuários ecológicos mais importantes do mundo. 

O Sampa Bikers é pioneiro em viagens organizadas de bicicleta no Brasil e organiza ciclovagens para todos esses destinos, para grupos fechados de pelo menos 10 pessoas. Mais informações em www.sampabikers.com.br ou pelo e-mail queropedalar@sampabikers.com.br

**Sua melhor
pedalada
começa aqui!**
A mais completa estrutura do Brasil

**Mountain Bike, Ciclismo,
Cicloturismo e Competição**



Patagônia
Janeiro a Março

Toscana & Provence
Maio e Junho

**Mais de 100 roteiros
no Brasil e Exterior**



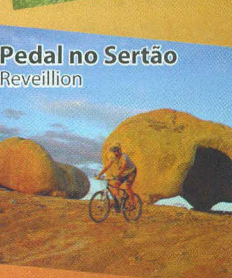
Praias da Bahia
Março, Abril, Novembro
e Dezembro



Via Claudia
Setembro



Passeio Noturno
Toda Quarta-feira



Pedal no Sertão
Reveillon

Cursos:

MTB, Pedal Aprendiz,
Pedal Urbano

SAMPA BIKERS

Rua Diego Suarez, 253 - Praia Azul - São Paulo - SP
CEP-04928-190 - Tel. 11 - 5517 7733
e-mail: queropedalar@sampabikers.com.br
www.sampabikers.com.br

Patrocínio:



MAPFRE



FERNANDO DE NORONHA

ROTA DO DESCOBRIMENTO



VALE EUROPEU



pedagens e para comer. Na minha opinião, o mais legal é fazer esse roteiro saindo de Ubatuba bem cedo e se hospedar em Paraty. Se tiver pernas, dá para fazer um “bate e volta”.

5. CUNHA - SÃO PAULO

Na terra ou no asfalto, nada melhor do que um bom pedal nas montanhas para esquecer o estresse e a correria do dia a dia. Pode parecer um pouco de esnobismo, mas Cunha foi apresentada ao mundo das bicicletas há pelo menos 20 anos pelo Sampa Bikers, para em seguida se tornar uma tradicional rota de ciclistas, com a Travessia Cunha a Paraty. Depois exploramos as trilhas da região e as divulgamos no início dos anos 1990, na antiga revista Bici Sport. E organizamos uma grande competição de mountain bike em 2010, o Power Biker, que foi um sucesso. Hoje a região ficou em evidência com a realização do L'Étape Brasil, um excelente evento que mostrou que a região é boa também para se pedalar no asfalto. Enfim, a cidade de Cunha reserva variadas trilhas ou pedaladas no asfalto com os mais variados níveis de dificuldade

em estradas panorâmicas com paisagens naturais deslumbrantes, recheadas de muitas cachoeiras, onde você poderá dar vazão ao seu espírito aventureiro.

6. CAMINHO DA FÉ

Esta rota brasileira de peregrinação em meio à natureza é capaz de fascinar tanto fiéis como céticos, que procuram a paz interior ou querem somente fazer uma agradável viagem de bicicleta. Inspirado no Caminho de Santiago de Compostela, o Caminho da Fé está praticamente todo sinalizado com setas amarelas e placas indicativas. Nossa dica é percorrer o trecho entre Tambaú (local onde viveu o Padre Donizete) e Aparecida do Norte, cidade da padroeira do Brasil. Ao longo do percurso, o ciclista peregrino dispõe de pontos de apoio de uma rede de pousadas e modestos hotéis, selecionados pela Associação do Caminho da Fé, com preços diferenciados e onde são carimbadas as credenciais que permitirão, ao final, receber o Certificado de Peregrino Mariano.