



PRAIA DO FORTE_

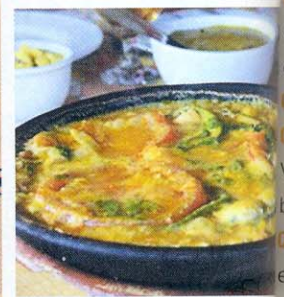
Cicloturismo não é somente pedalar levando a própria bagagem em alforjes carregados. Qualquer passeio turístico, por mais simples ou curto que possa parecer, também pode ser considerado cicloturismo. E um dos melhores lugares para essa atividade é o litoral norte da Bahia.

A Praia do Forte é realmente deslumbrante. A beleza natural exuberante pode ser percebida nas águas cristalinas dos rios, praias, cachoeiras e na observação da rica fauna e flora nativa, além da cultura peculiar encontrada na gastronomia, moda, artesanato... E apreciar tudo isso é possível em cima de uma bicicleta, que é, inclusive, o principal meio de transporte local.

Alguns programas são simplesmente indispensáveis, como um giro pela vila, que tem bares, lojinhas e restaurantes dos mais variados tipos. À noite, a vila vira o point, de cerveja gelada

e paquera. Pedalar pelas trilhas ecológicas do Sarapiranga é diversão garantida e visitar a base nacional do Projeto Tamar e ir de bike até o Parque Histórico Garcia D'Ávila, a três quilômetros da vila, são obrigatórios.

Em estilo medieval, único no Brasil, o Castelo de Garcia D'Ávila serviu como moradia e fortaleza militar. Uma gameleira (figueira-branca) guarda sua entrada e diante dela está a Capela de Nossa Senhora da Conceição, completamente restaurada. A visita ao conjunto histórico tem início ali. Os turistas percorrem um circuito de passarelas metálicas armado em meio a resistentes paredões de 400 anos de idade. A vista da região é preciosa, com o castelo separado da praia por uma densa cortina de coqueiros. O Parque Histórico Garcia



CIRCUITO PRAIA DO

de aproximadamente
Saindo da Praia do
No caminho, alguns
Garcia D'Ávila e a
Ali, atravesse a pista
divulgado, o local
refrescar o corpo d
por dunas e muito
Imbassai (em tupi)
No caminho é possí
caso é bom verifica
a Praia do Forte, nã

PEDALAR NA ESTRADA T

pedalar na estrada. A
certa tranquilidade,
QUANDO IR: todo o
ONDE FICAR: há div
Vila (www.refugioda)
bem recebidos – os
QUEM LEVA: o Samp
em Mangue Seco e
site www.sampabike

DICAS IMPORTANTES:

- Para pedalar na pr
- Na praia ou areia
- derrapando muito
- Protetor solar é ac
- Há opções de hos

D'Ávila tem um centro de vis
com auditório, espaço para e
ções e café. Funciona de terç
a domingo, das 9 às 18 horas
-se uma taxa para visitação).

Garcia D'Ávila, o almoxarife
D.João III, foi uma espécie de
rente dos negócios do mo
Desembarcou em 1549, na
ção do primeiro governador
Tomé de Souza, e levantou
tuapara (nome em tupi da reg
base de suas instalações e m
Ali o almoxarife, que se casou
uma índia batizada de Fran
montou um exército de mil ho
composto por índios convert
portugueses. Foram esses pri
mamelucos, capazes de fala
tupi quanto português, que
enderam longas jornadas de
vando sertões e matas virge
alcançar o Rio São Francisco



Paulo de tarso

www.sampabikers.com.br

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

O LITORAL NORTE BAIANO É UM DOS MELHORES LOCAIS PARA A PRÁTICA DO CICLOTURISMO NO BRASIL



CIRCUITO PRAIA DO FORTE - CACHOEIRA DA D. ZILDA - PRAIA DE IMBASSAÍ - PRAIA DO FORTE _ Pedalada de aproximadamente 30 km com vários tipos de terreno – paralelepípedo, asfalto, terra e areia. Saindo da Praia do Forte, siga pela Linha Verde com destino a Imbassaí. O trajeto é pelo asfalto. No caminho, algumas paradas estratégicas incrementam o passeio, como a visita ao castelo de Garcia D'Ávila e a Cachoeira da D. Zilda, no trevo da praia de Imbassaí, no Km 10 da Linha Verde. Ali, atravesse a pista e siga em direção ao sertão na estradinha ao lado do posto de gasolina. Pouco divulgado, o local é um daqueles tesouros guardados com discrição pelos nativos. Excelente para refrescar o corpo do forte calor. De lá, siga para Imbassaí. Nessa maravilhosa praia, acompanhada por dunas e muitos coqueirais, o rio Imbassaí encontra-se com o mar numa inesquecível vista. Imbassaí (em tupi) significa "caminho do rio".

No caminho é possível diversos saguis em meio à mata. O retorno pode ser pela praia, mas nesse caso é bom verificar a tábua de marés, pois o caminho só é possível durante a maré baixa. Próximo a Praia do Forte, não deixe de parar nas piscinas naturais.

PEDAL NA ESTRADA TAMBÉM É UMA ÓTIMA OPÇÃO _ O local também é um paraíso para quem curte pedalar na estrada. A dica é pedalar pela Linha Verde, sentido Costa do Sauípe. A estrada oferece uma certa tranquilidade, devido excelente estado do acostamento e também ao pouco tráfego de veículos.

QUANDO IR _ todo o ano, a temperatura média anual é de 25°C a 27°C

ONDE FICAR _ há diversas opções de hospedagens, nossa recomendação é a Pousada Refúgio da Vila (www.refugiodavila.com.br), uma pousada do Roteiro de Charme e onde os ciclistas são muito bem recebidos – os donos são ciclistas!

QUEM LEVA _ o Sampa Bikers realiza passeios na região nos meses de março e setembro; com início em Mangue Seco e final na Praia do Forte, percorre a Costa dos Coqueiros. Mais informações no site www.sampabikers.com.br.

DICAS IMPORTANTES:

- Para pedalar na praia é importante seguir a Tábua de Marés; pedale somente durante a maré baixa
- Na praia ou areia fofa, o pneu ideal é o semi-slick. Esvazie um pouco os pneus se estiver derrapando muito
- Protetor solar é acessório obrigatório
- Há opções de hospedagens e restaurantes para todos os níveis em todo o trajeto

um centro de visitantes... espaço para exposi... Funciona de terça-feira... das 9 às 18 horas (paga... para visitação).

vila, o almoxarife do re... foi uma espécie de ge... negócios do monarca... cou em 1549, na expedi... primeiro governador geral... souza, e levantou em Ta... me em tupi da região) a... as instalações e moradia... xarife, que se casou com... batizada de Francisca... m exército de mil homens... por índios convertidos e... es. Foram esses primeiros... os, capazes de falar, tanto... o português, que empre... longas jornadas desbra... tões e matas virgens até... Rio São Francisco.



nakashimabike.com.br

HÁ MAIS DE 55 ANOS NO MERCADO
SCOTT MERIDA KONA CALOI HARO FUJI CANNONDALE
OFICINA ESPECIALIZADA MULTIMARCAS

COMPLETA LINHA
DE PEÇAS,
ACESSÓRIOS E
VESTUÁRIOS DAS
MELHORES
MARCAS



**BOLSA DE GUIDAO TOPEAK
TOURGUIDE HANDLEBAR BAG**
R\$ 299,90



**FERRAMENTA TOPEAK
ALIEN II (26 FUNÇÕES)**
R\$ 199,90



**ADAPTADOR DE SUPORTE DE
CARAMANHOLA
TOPEAK CAGE MONT**
R\$ 29,90



**BAGAGEIRO TOPEAK EXPLORER
TUBULAR RACK
(P/ BIKES C/ FREIO A DISCO)**
R\$ 196,90



**BOMBA DE QUADRO TOPEAK
MASTER BLASTER**
R\$ 149,90



**BOMBA DE CHAO TOPEAK JOE
BLOW TURBO (160PSI)** R\$ 329,90

TUDO SITE EM ATÉ 18X



DESPACHAMOS PARA TODO O BRASIL
atendimento@nakashimabike.com.br
R. Cel Souza Franco, 540, Mogi das Cruzes - SP
Cep:08710-020
11 4799-5861 / 4726-7922



- A Praia do Forte fica distante 80 km de Salvador
- Na vila é possível alugar bicicletas na Forte Bike, na avenida principal do povoado
- Fique atento: na maioria dos vilarejos é necessário atravessar rios. Combine antes o valor da travessia
- Para sair de Mangue Seco é necessário pegar um barco até o povoado de Pontal, do outro lado da margem do Rio Real. A maioria dos turistas deixa o carro ali. Para Aracaju ou Salvador é necessário seguir 12 km por uma estradinha de terra em boas condições. Já no asfalto, Aracaju fica distante 109 km (82 km deles pela BR-101) e Salvador, 223 km pela Linha Verde.
- Fique por dentro: Leia o livro "Tieta do Agreste", de Jorge Amado, e assista o filme, de Cacá Diegues e com Sônia Braga no papel principal. ■■■■■■



28_bikeaction

Camisas BioCiclo
Nova cor Verde Limão

Sta. Confeccionadas com tecido Santaconstancia

Rhodia
Biotech
Inibe a proliferação das bactérias causadoras dos odores do suor

Rhodia
UV Protection
Proteção UV 50+

Nova linha de Hidratação

AcquaFlex 2L
Novo hidratador em poliuretano atóxico, resistente e flexível

Kalahari 12L
Alças anatômicas e costado com canal de aeração

CurTLo
Aonde você for

www.curtlo.com.br