

4J24313 - 1

INSTITUTO JONES DOS SANTOS  
BIBLIOTECA

A GAZETA

# turismo

QUARTA-FEIRA  
3 DE JANEIRO DE 2007

## Férias com emoção



Hoje o suplemento traz informações sobre locais na Região Metropolitana onde é possível praticar esportes de aventura, como mergulhar. Quem preferir algo mais calmo, pode cavalgar, andar de bicicleta ou acompanhar o processo de fabricação das panelas de barro. FOTOS: ANTONIO OLIVEIRA **Págs. 2 a 12**



# Panela de barro, um produto capixaba

**FEITO À MÃO** Turistas gostam de levar as peças como lembrança. Quem quiser também pode conhecer seu processo de fabricação, um trabalho que surgiu há mais de quatro séculos

Faz parte do roteiro turístico de Vitória levar na bagagem uma panela de barro, um dos principais ícones do Espírito Santo. Elas são fabricadas artesanalmente pelas paneleiras de Goiabeiras.

Além das tradicionais panelas para fazer a moqueca ou a torta capixaba, no local encontram-se, também, frigideiras, formas para pizza, panela funda para arroz, caldeirão para feijão, assadeiras, panelinhas para molhos, caldos e pimentas, fogareiros, cofres, potes, travessas, bules... e tudo que a criatividade permite.

Mas o que poucos visitantes sabem é que além de comprar os produtos é possível, também, conhecer todo seu processo de fabricação. O passeio vale a pena.

**ARTE.** A arte de fabricar as panelas de barro surgiu há mais de quatro séculos - é um tra-

balho que passa de geração em geração, seguindo, até hoje, o método indígena da época do descobrimento do Brasil.

As mulheres - cerca de cem - se reúnem diariamente na Associação das Paneleiras de Goiabeiras, de onde retiram o seu sustento. É no local que os visitantes e moradores de Vitória podem comprar, diretamente das artesãs, as peças, em diversos tamanhos e formatos (o preço varia de R\$ 2,00 a R\$ 60,00), com o selo de qualidade que identifica o artesanato produzido no Estado.

Visitar o local é como entrar para uma grande família. Até as panelas são designadas como mães e filhas. As grandes são chamadas de mãe e as pequenas de filha. As filhas são acondicionadas dentro das mães, formando uma "casada".

Mais opções na página 12

**TRADIÇÃO.** Na Associação das Paneleiras de Goiabeiras os mais velhos ensinam a técnica para as crianças. Além disso, os visitantes se divertem ouvindo as histórias. FOTOS: GABRIEL LORDÉLLO



## Patrimônio

Desde 2002, a profissão das paneleiras de Goiabeiras está inscrita no Livro de Registros dos Saberes e foi declarada Patrimônio Cultural do Brasil, após aprovação do Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional (IPHAN). Muitas das conquistas se devem à organização da associação, que além de virar ponto turístico e facilitar o trabalho, que antes era feito em casa isoladamente, deu projeção internacional ao produto. Organizadas, elas ainda participam de feiras e exposições.



# Navegar pelo mangue faz parte do passeio



**ARTESANATO** É nesse rico ecossistema que se encontra a árvore de onde se retira o tanino, que dá a coloração escura às panelas de barro

Comprar uma panela de barro na Associação das Panelas de Goiabeiras é uma delícia. Nessa hora você entra em contato com as simpáticas artesãs, que contam "causos" interessantes. As crianças ficam observando, algumas já começam a dar os primeiros passos na profissão.

Mas quem acompanha o processo de fabricação aprende a importância da tradição, principalmente num país como o Brasil. E nesse caso, mais ainda: aprende a respeitar o meio ambiente.

**AÇOITE.** Mas antes de embarcar nessa aventura é necessário ligar para a asso-

ciação - o passeio precisa ser marcado com antecedência. Depois é só acompanhar o processo, desde a retirada do barro no Vale do Mulembá, em Joana D'arc, até o "açóite" da peça, recém-saída da queima, com o tanino, tinta produzida com a casca de uma árvore encontrada no manguezal, que fica ao lado da associação.

Faz parte do passeio navegar a bordo de uma canoa pelo manguezal à procura da árvore que produz o tanino. No caminho, destaque para a rica fauna, que inclui garças-azuis e brancas, socós, gravatás, picapaus, quero-queros, caranguejos e aratus.

## PASSO A PASSO

A confecção da legítima panela de barro, fabricada pelas paneleiras de Goiabeiras, segue um verdadeiro ritual. Confira as etapas:



■ **BARRO** - é a principal matéria-prima e vem do Vale do Mulembá, em Joana D'arc. Essa é uma tarefa para os homens. São eles que fazem as bolas, que pesam em média 20 quilos. Antes de ser usada ela passa por uma limpeza e é protegida por um saco plástico para manter a umidade.

■ **TINTA** - a coloração escura das panelas é obtida por meio da impregnação do tanino, uma tinta produzida com a casca da árvore do mangue-vermelho. Com um

soquete são dadas algumas batidas no tronco da árvore e a casca se solta e cai em baldes. Depois, as lascas são picadas, até virarem farelo e colocadas de molho em água por um dia.



■ **MODELAGEM** - para cada tipo de panela é tirada uma quantidade de barro, que vai ser modelado. Primeiro ganha a forma de um copo, sem a ajuda do torno. O único objeto utilizado para alisar a parte interna das peças é um coité (espécie de cuia), molhado em água. Aos poucos, a panela toma a forma básica.

■ **ACABAMENTO** - é feito algumas horas após a modelagem, quando o barro não está nem úmido, nem seco. Consiste em moldar as "orelhas" e as "asas" das panelas e raspar o fundo para arredondá-las. Depois, é só esperar as peças secarem.

■ **POLIMENTO** - é feito manualmente com pedras de rio. Essa etapa é realizada com as peças totalmente secas. O objetivo é torná-las lisas e resistentes.



■ **QUEIMA** - as panelas são queimadas em fogueiras a céu aberto. O processo dura no mínimo 1 hora.



■ **AÇOITE** - logo que são retiradas do fogo, ainda quentes, as panelas são açoitadas com a tinta. Isso é feito com uma vassoura de gravetos finos, que é molhada no tanino e batida com rapidez em toda a peça. Com isso, ganha coloração escura e brilho.

■ **BATISMO** - antes de estrear, recomenda-se que a panela seja untada com óleo na parte interna e levada ao fogo até que ele seja todo queimado. O processo garante maior durabilidade ao produto e impede que a comida tenha o gosto alterado.

## RODOVIÁRIOS na INTERCONTINENTAL em 7 X

### Beto Carrero, Hopi Hari e Blumenau

Um programa especial para a família, você irá se divertir a valer e ainda visitará: São Paulo, Parque Hopi Hari, Curitiba, Joinville, Beto Carrero World e Blumenau.

SAÍDAS: 12 e 26 Janeiro

a partir de 7 X de R\$ 140,00\*\*



### Sul do Brasil com S. Gaúcha

Inclui 07 Pernoites em Hotel, 07 cafés da manhã, 04 refeições, City tours, e muito mais

SAÍDA: 05 Março

a partir de 7 X de R\$ 250,00\*\*

### Sul do Brasil com Foz

Inclui 11 Pernoites em Hotel, 11 cafés da manhã, 6 refeições, 1 jantar com show típico, City tours e muito mais...

SAÍDAS: 07 e 20 Janeiro, 03 Fevereiro e 05 Março

a partir de 7 X de R\$ 269,00\*\*



### Barriga Verde by INTER

Inclui 4 noites no Hotel Rieger com café da manhã no Balneário Camburiú (SC), Traslado, Passeio Beto Carrero World com almoço e Show no West Selvagem (ingresso incluso), passeio à Blumenau, Brusque e Florianópolis. (Não inclui parte aérea).

SAÍDAS: Janeiro e Fevereiro

a partir de 4 X de R\$ 185,00\*

## Navegar é preciso



### MISTURA FINA

Unimos a agilidade do avião e a sofisticação dos transatlânticos em um programa especial: Você vai de avião para a capital da Argentina, e cruze durante 4 dias, depois embarca no luxuoso Costa Romântica para um cruzeiro Internacional de 5 dias, pela costa do Uruguai e Sul do Brasil.

Inclui Bilhete aéreo de ida e volta a Vitória, hospedagem em Buenos Aires por 3 noites. A bordo do Costa Romântica você tem 5 refeições diárias incluídas (gastronomia Italiana), além dos shows internacionais e programação a bordo que só a Costa tem.

SAÍDA: 26 Fevereiro

a partir de 5 X de U\$D 238,00  
pagamento somente no Cartão de Crédito

### AÉREOS - JANEIRO

#### Gramado e a Maravilhas da Serra Gaúcha

06 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de R\$ 125,00\*

#### Fortaleza

04 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de R\$ 70,00\*

#### Natal

04 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de R\$ 90,00\*

#### Porto de Galinhas

04 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de R\$ 88,00\*

### AMÉRICA do SUL - Janeiro

#### Buenos Aires

03 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de U\$D 31,00\*

#### Circuito Andino VIP

11 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de U\$D 236,00\*

#### EUA e CANADA - Janeiro

#### Canadá Magnífico

07 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 4 X de U\$D 262,00\*

#### EUROPA - Janeiro

#### Madri, Paris e Londres

12 Noites - Não Inclui Aéreo  
a partir de 2 X de U\$D 570,00\*\*

Os MELHORES ROTEIROS estão na

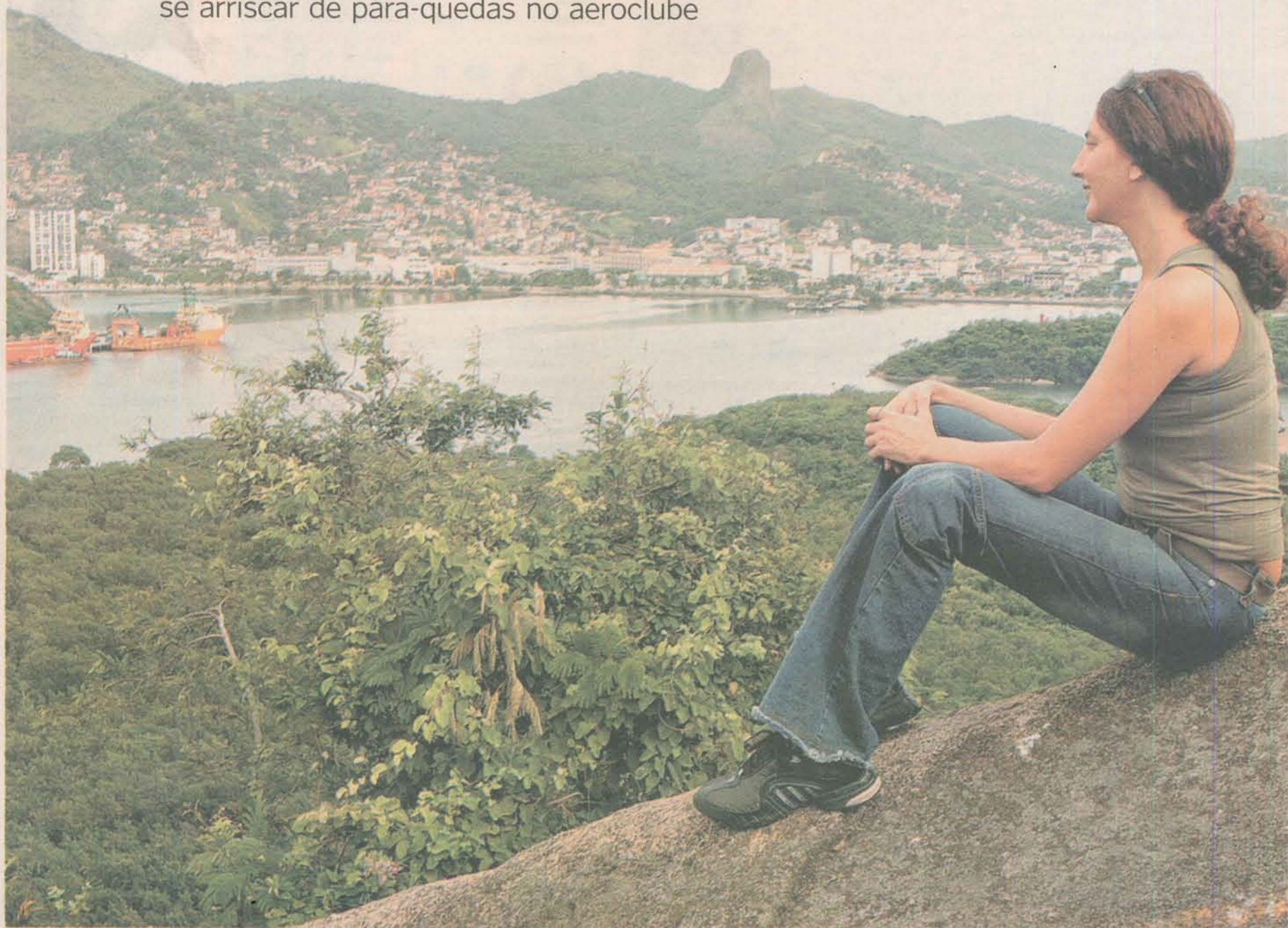
INTERCONTINENTAL  
OPERADORA

Centro: 3132.7797 \* Aeroporto: 3327.8984 \* Praia do Canto: 3382.5700 \* Mata da Praia: 331.4.4444  
Vila Velha: 3289.3311 \* Shop: 2 da Costa: 3349.8844 \* Guarapari: (27)3262.909 1



# Contrastes de Vila Velha

**AVENTURA** No município, visitantes podem caminhar pelas trilhas do Parque da Mantegueira, praticar rappel, realizar um vôo de parapente no Morro do Moreno ou se arriscar de pára-quadras no aeroclube







**NATUREZA.** A área do parque possui 140 hectares e muito verde. FOTO: GILDO LOYOLA

Com natureza exuberante e mar de águas limpas, a cidade mais antiga do Espírito Santo, Vila Velha, possui vários lugares para a prática de esportes de aventuras. Uma boa dica é o Parque da Mantegueira, no bairro da Glória, na Rua Mestre Gomes. É uma área de 140 hectares, formada por manguezais e remanescentes da Mata Atlântica. No caminho, encontram-se pequenos animais e flores.

A dica ecológica para quem gosta de passeios ao ar livre é conhecer as três trilhas do parque, e de graça. "Mas vá de sapato fechado e baixo, um tênis de preferência", indica o biólogo e gerente do parque, Cláudio Lísias Simões Griffo.

Uma das trilhas conduz a dois lugares diferentes, à Pedra do Urubu e ao manguezal. A Pedra do Urubu possui um mirante natural de 92 metros de altitude, com vista para a Baía de Vitória e todo o município de Vila Velha. Proporciona uma visão de 360 graus.

Durante a trilha, os visitantes são surpreendidos por sagüis-da-cara-branca ou pelo vôo das garças. Da se-

de até o topo do mirante são dez minutos, só de ida.

O trajeto até o manguezal está sujeito às condições da maré, pois quando ela está alta não dá para passar. Da sede até o manguezal são 20 minutos, só de ida. A terceira trilha leva ao viveiro municipal e só pode ser feita em dia de sol, pois com chuva o acesso fica bastante difícil. São 20 minutos de caminhada.

A gerente de Unidade de Conservação da Secretaria de Meio Ambiente de Vila Velha (Semma), Cristiane Barcellos, explica que o local oferece noções de preservação do meio ambiente para estudantes e visitantes em geral. "É para que os moradores de área urbana desenvolvam desde cedo uma consciência ecológica."

O parque funciona de terça a domingo, das 8 às 17 horas. As excursões devem ser agendadas. Um guia mostra as espécies naturais da Mata Atlântica, como morcegos, pequenos macacos e aves silvestres.

Mais opções na página 12

**NÃO DEIXE DE FAZER**

■ **Rappel** - A Verdom Aventuras oferece o esporte no Morro do Moreno. Para grupos de cinco pessoas, são duas horas de subida. A dica é ir de roupas leves, tênis, boné e levar cantil com água, frutas ou barra de cereais. Custa R\$ 20,00 por pessoa.

■ **Passeio marítimo** - A Tropical Port oferece passeios de barco. O roteiro inclui várias ilhas, praias e pontos para mergulho (das 8 às 17 horas). Outra dica é o roteiro direcionado a pesca oceânica de marlim (das 6 às 16 horas), de setembro à março - mas o ponto alto é até o final deste mês. Custa entre R\$ 450,00 e R\$ 1.800,00. Todos os dias.

■ **Trekking** - A CC Trekking realiza caminhada no Morro do Moreno. Pela trilha, dura cerca de duas horas. Já pela trilha onde passa carro dura uma hora e meia. Mas lembre-se que a prática depende das condições do tempo.

■ **Mergulho** - Através da Vila Sub é possível mergulhar nos principais pontos do município: Ilha dos Pacotes, Enseada da Seireia, Ilha das Graças e cordão de corais em Ponta da Fruta.

■ **Vôo Livre** - A Vortex oferece vôo de parapente do Morro do Moreno. Mas depende das condições do tempo.

■ **Pára-queda** - É praticado no Aeroclube (Barra do Jucu).

■ **Vela** - A Rajada oferece passeio em toda a orla do município.



**Lembrar das férias faz bem. Garanta uma inesquecível.**



**Internacionais**  
Inclui passagem aérea.

**Buenos Aires** - 4 noites  
A partir de **US\$ 666**,  
Partindo de Vitória  
Embarque até 5fev

**Santiago** - 4 noites  
A partir de **US\$ 768**,  
Partindo de Vitória  
Embarque até 5fev

**Santiago e Buenos Aires** - 7 noites  
A partir de **US\$ 1.068**,  
Partindo de São Paulo  
Embarque até 5fev

**Montevideo** - 4 noites  
A partir de **US\$ 553**,  
Partindo do Rio de Janeiro  
Embarque até 5fev

**Nova York** - 4 noites  
A partir de **US\$ 1.568**,  
Partindo de Vitória  
Embarque até 10fev

**Sicília e Sul da Itália**  
6 dias  
A partir de **€ 705**,  
Somente lesterne  
Saída 7/jan

**Cruzeiros marítimos**

**10x**  
sem juros

**Camaval em Salvador**  
a bordo do **Sky Wonder** - 8 noites  
**Bebidas e refeições incluídas**  
Roteiro: Santos/Búzios/Salvador/  
Angra/Santos  
**us\$ 1.360**,  
Saída 17/fevereiro



**Grand Voyager**

**Conheça o Nordeste.**  
Roteiro: Fortaleza/Natal/João Pessoa/  
Recife/Maceió/Aracaju/Salvador/Porto  
Seguro/Vitória. Embarque em Fortaleza  
e desembarque em Vitória.  
**us\$ 1.016**,  
Saída 16/janeiro



**Show com Fábio Jr. a bordo do Mistral**

Roteiro: Santos/Rio de Janeiro/  
Búzios/Angra/Santos.  
**us\$ 860**,  
Saída 27/janeiro



**Praia do Canto 2122-8222** Rua Eugênio Netto, 218 (com estacionamento próprio)  
Consulte sempre seu agente de viagens. **Acesse: www.cvc.com.br/brasil**

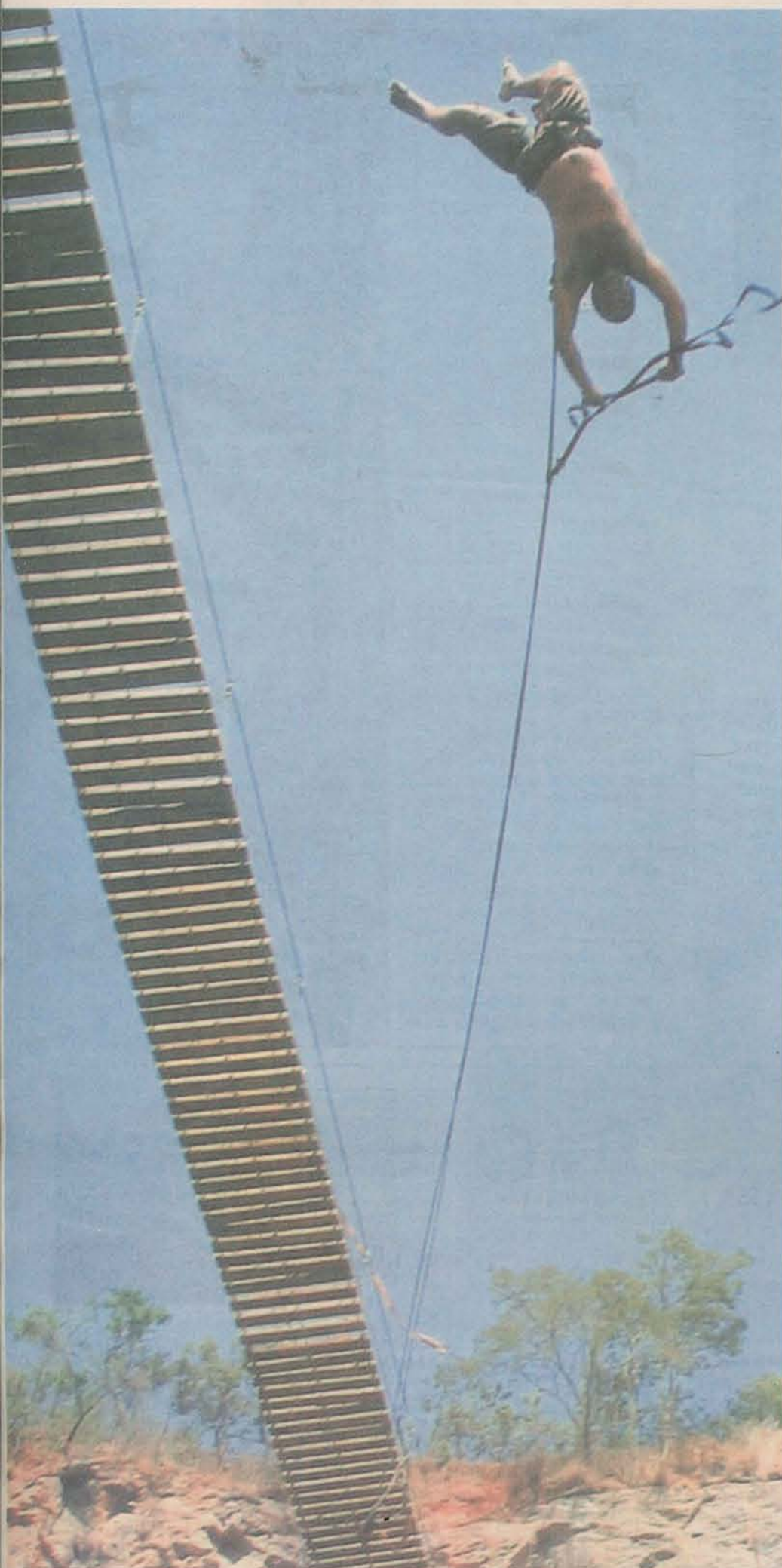
Prezado cliente: nos cruzeiros, as taxas portuárias e de serviços não estão mencionadas e os salques são por pessoa, em cabine dupla (cruzeiros dos navios previstos, podendo sofrer alteração). Navios não incluem passagem aérea. Todos os roteiros internacionais são por pessoa, sem taxas de embarque, em apartamento triplo. Os valores são válidos para as saídas mencionadas (exceto feriados e congressos) e para compras até 1 dia após a publicação deste anúncio. Oferta de lugares limitada. Parcelamentos sujeitos a aprovação e condições de pagamento mencionadas sempre com entrada (50 até) + taxas e saldo no cheque ou cartão. Promoções sem juros com pagamento no cheque ou no cartão. Parcelamento em 10x sem juros, com entrada de 20% e saldo em 9x. Fotos ilustrativas.



**CVC**

Sonhe com o mundo.  
A gente leva você.





# Guarapari é pura adrenalina

**RADICAL** Cidade oferece esportes de aventura, como rappel, tirolesa, mergulho, arvorismo, entre outros

O verão começou com força – agora é torcer para São Pedro ajudar, garantindo o sol. E como todos os anos, nessa época, Guarapari recebe de braços abertos os mineiros, que invadem as belas praias do município. Logo fazem amizade com os capixabas, que também gostam de passar a temporada no balneário.

Tudo bem. O local oferece dezenas de praias, cada uma mais bonita que a outra. Mas quem quiser curtir as férias com um pouco mais de adrenalina, está no lugar certo. O município é um “prato cheio” para quem gosta de esportes de aventura.

Nesse caso, o Pedreira Adventures Park reúne o que há de melhor. O local conta com um lago de águas transparentes (cuja cor varia do verde-esmeralda ao azul-turquesa – depende da luz do sol), com 8 mil metros quadrados. A novidade é que parte dele foi aterrado, dando origem a uma praia de 50 metros de extensão, com coqueiros e redes.

A paisagem também conta com um restaurante em estilo balinês, o La Rocca, que inclui

um bar molhado, com 70 centímetros de profundidade, cuja água vem do lençol freático que forma o lago. Além disso, abriga um cânion de 55 metros de altura. No local, é possível praticar vários esportes de aventura: tirolesa, rappel, escalada, canoagem, trekking, mountain bike, pêndulo, ponte móvel e trampolim.

Confira mais opções na página 12

## Informações turísticas

Cem adolescentes que participam de programas sociais desenvolvidos pela Secretaria Municipal de Assistência Social estão atuando nas praias de Guarapari, prestando informações aos turistas. Além disso, três Centros de Atendimento Turístico foram montados em pontos estratégicos de entrada da cidade, próximo ao Trevo da BR 101, Pedágio da Rodosol e Praia de Meaipe). Já o Posto Avançado de Turismo funciona na Praia do Morro.

## PROGRAMAÇÃO

### Dia 6

■ Ipnotyca Verão 2007 (Rinkadink/Pixel/Phony Orphants)

### Dia 12

■ Pedreira Reggae Festival (Ponto de Equilíbrio/Planta e Raiz/Na Vibe/Kanabaus)

### Dia 13

■ Castelo das Pedras - (Funk/RJ)

### Dia 19

■ Tiesto Summer Tour 2007

### Dia 20

■ Show com Armandinho

(Natural/Manimal)

### Dia 27

■ Rave E-lements (Sesto Sento)

### Dia 28

■ Pedreira Beer Fest com Bateria da Viradouro (RJ).

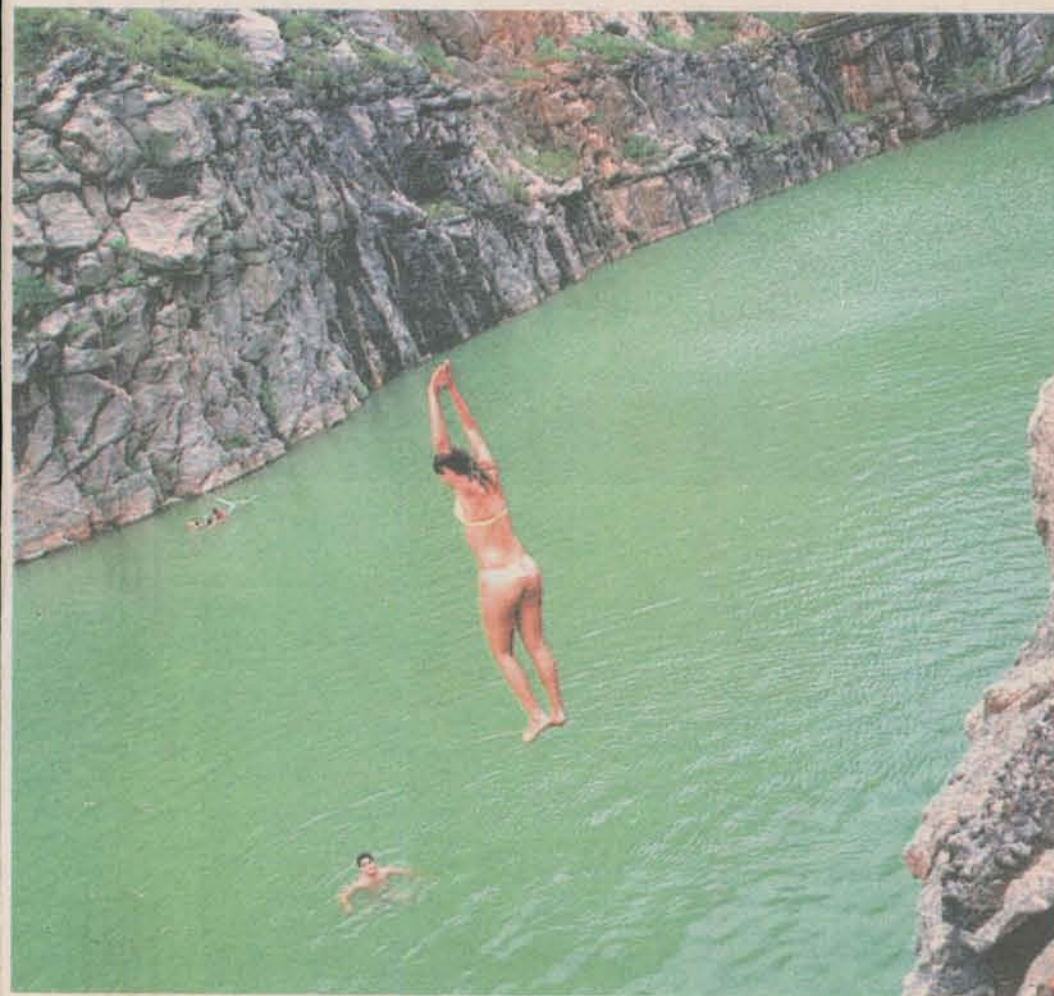


**CENÁRIO.** Quem quiser pode se aventurar em locais excelentes para mergulhar e observar várias espécies de peixes coloridos.





# é alina



**CENÁRIO.** Quem quiser pode se divertir pulando do cânion no lago. A cidade também oferece excelentes locais para mergulho, onde é possível observar a rica fauna marinha, que abriga várias espécies de peixes coloridos e diversos tipos de corais. FOTOS: SANDRA MARTINS E ATLANTES

## NÃO DEIXE DE FAZER

■ **Vôo livre** - Alfredo Chaves, a 25 minutos de Guarapari, abriga uma rampa. A agência de turismo Fora do Ar oferece vôo duplo de parapente, para adultos e crianças a partir de 10 anos. Preço: R\$ 100,00.

■ **Aquário marinho** - O Planet Sub possui um aquário artificial de 300 metros quadrados que reproduz o fundo do mar, onde é possível mergulhar junto com cerca de 50 espécies de peixes típicos do litoral capixaba. A atividade pode ser realizada por crianças a partir de 3 anos até pessoas com 80. Quem quiser pode se divertir também na piscina com água salgada corrente, conhecer o Centro de Tratamento de animais marinhos ou visitar os pinguins. Preço: R\$ 5,00 (o mergulho custa mais R\$ 5,00).

■ **Rio da Montanha Rafting** - A 40 minutos de Guarapari, no km 34 da BR 262, está a Pousada Rio da Montanha, em Biriricas, Domingos Martins, que oferece rafting nas corredeiras do Rio Jucu. A atividade dura cerca de 2 horas. Saídas às 9 e 14 horas, diariamente. Inclui o equipamento. Preço: R\$ 55,00, por pessoa.

■ **Parque Aquático e Arvorismo** - O Acquamania oferece piscina com ondas, rio lento, kamikases, toboáguas, enseada e cachoeira do pirata. Além de arvorismo, trilhas em cima da copa das árvores (2 horas). Quem quiser pode praticar rappel (10 metros de altura) e tirolesa (70 metros de extensão). Preço: R\$ 25,00 (adultos) e R\$ 19,00 (crianças), incluindo a tirolesa. Quem qui-

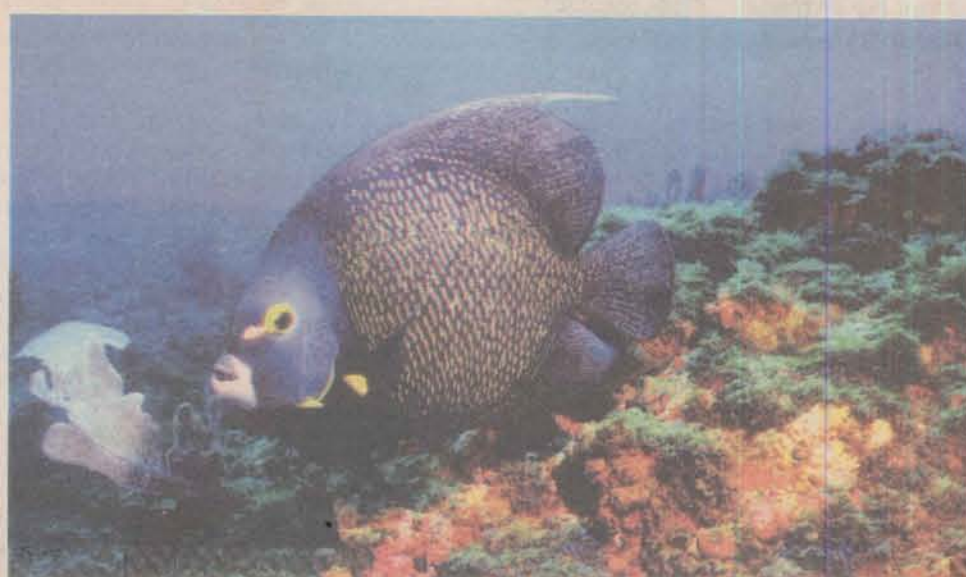
ser praticar arvorismo terá que desembolsar mais R\$ 20,00.

■ **Esportes náuticos** - O Projeto Vela na Praia, na Praia do Morro, oferece aulas de barcos e pranchas a vela, para crianças e adultos. E passeio instrutivo em veleiro oceânico. Preço: a partir de R\$ 60,00 (a aula). Também aluga embarcações.

■ **Mergulho** - Através da Atlantes é possível mergulhar nas localidades de Três Ilhas, Ilha Escalvada, Ilha Rasa, no recife artificial Victory 8B e no naufrágio Bellucio. Preço: R\$ 50,00 (só o acompanhante), R\$ 165,00 (batismo, mergulho a 12 metros, duração de 30 minutos) e R\$ 100,00 (para quem já possui curso de mergulho). Todos incluem a embarcação e o serviço de bordo: refrigerantes, frutas, água mineral e biscoitos. O barco sai diariamente às 8 horas e volta às 14 horas.

■ **Parque Estadual Paulo Cesar Vinha** - No local, trilhas monitoradas por estudantes levam até a Lagoa de Caraís. No caminho, os visitantes entram em contato com vários animais, como o ouriço-cacheiro, gato-do-mato, sagüi-da-cara-branca, além de uma rica fauna, que conta com belas orquídeas e bromélias. Destaque para as Dunas D'Úlé e as praias, indicadas para a prática do surfe.

■ **Passeio de Escuna** - Várias escunas oferecem passeio pelas praias de Guarapari, que duram em média de 1 a 4 horas. Alguns, o dia inteiro. Preço: R\$ 10,00 e R\$ 20,00.





# No topo do Mestre Álvaro

**VISUAL** Quem escala ou segue a trilha da imponente montanha no município da Serra fica surpreso com a paisagem. De seu cume é possível apreciar boa parte da região da Grande Vitória



**SÍMBOLO.** O Mestre Álvaro é apreciado de vários lugares, na Serra ou em Vitória. Quem quiser pode observar a montanha durante passeio pelo manguezal. FOTO: GILDO LOVOLA

De qualquer lugar do município da Serra é possível avistar o imponente Mestre Álvaro. O monumento faz parte do mapa onde se pratica esportes de aventura no Espírito Santo.

Escalar a montanha é garantia certa de um belo visual, principalmente durante o nascer ou o pôr-do-sol. Lá de cima dá para apreciar a região da Grande Vitória. No caminho encontram-se algumas cachoeiras, ótimas para

um banho – é hora de relaxar antes de seguir a trilha. Destaque para os remanescentes de Mata Atlântica.

Para subir o Mestre Álvaro, o melhor roteiro é seguir pela Serra-sede, na trilha conhecida como face Norte. Chegando ao centro é só virar à esquerda da Igreja Nossa Senhora da Conceição, passar pelo cemitério e logo se vê o início da trilha.

**MOCHILA.** São 3h30 de percurso, só de subida. Mas é pre-

ciso ir prevenido, de calça comprida ou bermuda, camiseta e tênis. Não esqueça de levar frutas e água (dois litros, no mínimo) numa mochila. E lembre-se: não vá sozinho, mas em grupo e com um guia especializado. A atração não se resume à montanha mas, também, ao seu entorno, que abriga várias propriedades que fazem parte do agroturismo no município.

Qualquer um pode subir o Mestre Álvaro, desde que

não tenha problema cardíaco e respiratório. Não esqueça de levar na bagagem a máquina fotográfica, para registrar as belas imagens.

Integrantes da ONG Movimento Viva Verde promovem subidas com guias especializados, que aproveitam para dar dicas de como cada pessoa pode ajudar a preservar a natureza. Seguindo em direção ao litoral do município, uma das atrações são as falésias de Nova Almeida, onde se encontram alguns amantes

de vôo livre. Principalmente, parapente. Quem quiser pode aprender o esporte com profissionais especializados que dão aula no local.

Para quem gosta de surfar, a Serra oferece várias praias propícias para a prática do esporte. Quem ainda não sabe pegar onda, mas tem muito vontade de aprender, a dica é a Praia de Jacaraípe. É só procurar os professores na área do Solemar. Eles estão sempre por lá.

Mais opções na página 12



# Caminho dos tropeiros

**ESTRADA** Em Fundão, além do Parque Municipal do Goiapaba-açu, os visitantes podem fazer uma caminhada pelo seu entorno. Entre os vales verdejantes encontram-se algumas cachoeiras

Outro município capixaba com características rurais é Fundão, às margens do Rio Reis Magos. A 60 quilômetros de Vitória, o turista encontra, além das praias com ar selvagem, o Parque Municipal do Goiapaba-açu, com 46 hectares, e 3.740 metros quadrados de Área de Proteção Ambiental (APA) em seu entorno.

Uma das versões para o significado de Goiapaba-açu é que seria morada das goiapabas (ave). O local abriga o Pico do Goiapaba-açu, com 880 metros de altitude. O mirante proporciona uma bela vista da região e de alguns municípios do Espírito Santo.

No parque existe uma estrada de chão que passa pelo laboratório, o viveiro, e chega até o mirante principal, onde fica o restaurante. Da entrada, são cerca de 500 metros. Nessa estrada, encontra-se uma "bifurcação", uma trilha que leva os visitantes até outro mirante, mais alto, onde é possível avistar a Reserva Biológica de Lombardia, em Santa Teresa. A caminhada é de cerca de 1h30, ida e volta. E, no final da tarde, não deixe de esperar para apreciar o pôr-do-sol.

Nesse trajeto, os turistas têm contato com a Mata Atlântica. É impossível não parar alguns minutos e apreciar a beleza do parque. Dá até vontade de fechar os olhos e ficar ouvindo os "sons da natureza".

No caminho, é comum encontrar jaguatiricas e o gato do mato maracajá. Árvores raras, como a cangeroana, fazem parte do cenário. Sem contar as orquídeas e bromélias.

Já na APA, uma das trilhas abertas aos visitantes



**ÁREA DE PRESERVAÇÃO.** O Pico do Goiapaba-açu tem 880 metros de altitude. Do mirante é possível apreciar, em dia de céu claro, a beleza de alguns municípios do Espírito Santo, como Santa Teresa, que abriga a Reserva Biológica de Lombardia. FOTOS: DIVULGAÇÃO

vai da localidade de Alto Piabas à Piabas, seguindo o curso do Rio Piabas. É uma antiga estrada de tropeiros. No caminho, várias cachoeiras formam piscinas naturais, de águas cristalinas, onde é possível tomar um delicioso banho. A paisagem montanhosa do Vale de Piabas encanta. A caminhada é de cerca de 2h30, ida e volta.

Mais opções na página 12



– Pacotes Rodoviários –  
Sul do Brasil | a partir de 27/12

**Férias de Janeiro**  
Beto Carrero & Hopi Hari  
Saídas: 03, 15 e 22/01 5x188,

4 Bandeiras (Sul do Brasil, Uruguai,  
Argentina e Paraguai) | 03/01  
Nordeste e seus encantos | 15/01

**FUJA DAS CONFUSÕES DOS AEROPORTOS. VENHA PARA A SATURNO.**



WWW.SATURNOTURISMO.COM.BR  
(COLATINA) 27 3721 6010 | (NOVA VENÉCIA) 27 3752 1352 | (LINHARES) 27 3331 6932 | (VILA VELHA) 27 3229 3301 | (SÃO MATEUS) 27 3763 5644 | (PLANTÃO) 27 8823 5771



# Visão de 360 graus

**NAS ALTURAS** Da Rampa do Urubu, em Viana, dá para ver a orla de Vila Velha, o Pico do Mestre Álvaro, o Mochuara e até a Terceira Ponte

Outra rota do turismo de aventura no Espírito Santo é o município de Viana, a 22 quilômetros de Vitória, ainda pouco conhecido pelos capixabas e turistas. Basta entrar na cidade para descobrir suas belezas. Destaque para a Rampa do Urubu, que atrai, todos os finais de semana, cerca de 400 amantes de vôo livre ou pessoas que querem, apenas, contemplar o visual. É um bom lugar para passar um dia em contato com a natureza.

O acesso é fácil: basta seguir na BR-262, entrar no Bairro Universal, em direção ao Bairro Ipanema. A estrada é sinalizada. No caminho, pés de banana, jaca, cacau, urucum, eucalipto, manga... Lá de cima, a 260 metros de altura, é possível apreciar, além de Viana, os municípios de Vitória, Vila Velha, Cariacica, Serra e Domingos Martins.

O local também é excelente para praticar mountain bike. A cidade oferece, ainda, caminhadas ecológicas, circuito de agroturismo e turismo rural. A Rampa do Urubu sempre está movimentada, com ou sem campeonato. Quem pratica vôo livre diz que ela é privilegiada pelo vento norte-nordeste, o melhor para a prática de parapente.

Mais opções na página 12



Aventura em dobro. Quem quiser pode fazer um vôo duplo de parapente.

FOTO: DIVULGAÇÃO





**PINCELADA.** As vezes o cenário do Mochuara inclui um lindo arco-íris. . FOTO: NESTOR MÜLLER

# Passeio por antigas fazendas

**VERDE** Com 50% de área rural, o município oferece passeios a cavalo e de bicicleta pela região. Quem quiser pode escalar o Mochuara, com 724 metros de altitude

Caminhar por trilhas, cavalgar e andar de bicicleta em estrada de chão são algumas opções que os visitantes e moradores podem realizar no município de Cariacica. Com 50% de área rural, os passeios em meio à natureza na região são uma tradição. Antigas fazendas, localizadas entre montanhas, vales e lagos, podem ser visitadas.

Na sede, os adeptos das pe-

daladas podem se exercitar toda quarta-feira à noite, até fevereiro, quando termina o horário de verão. Hoje será a 6ª edição, saindo da praça central na sede, às 19 horas. O percurso varia de 20 a 40 quilômetros.

**CAPACETE.** Os participantes devem levar farol de ciclista, capacete e luvas, além de ter uma boa bicicleta. Vale lembrar que no percurso existem

algumas subidas. Mas o sacrifício vale a pena. A paisagem é bem diversificada e o contato com a natureza é um presente para quem vive o dia-a-dia das cidades grandes.

A três quilômetros da sede, o Vale do Mochuara oferece passeio a cavalo, rappel e duas trilhas. Numa cavalgada de 15 minutos, ida e volta, o visitante observa antigas fazendas da região.

Duas trilhas em meio à Mata Atlântica duram de 40 minutos a uma hora. No trajeto, é possível observar quedas d'água e árvores de pau-brasil.

Já a escalada para o topo do Mochuara proporciona uma bela vista da Grande Vitória. Dura em torno de 2 horas, pois são 724 metros de altitude. Como o terreno é rochoso, a dica é usar roupas leves e tênis.

A Cavalgada de São Sebastião será a atração do próximo dia 21, a partir das 9 horas, saindo do Vale do Mochuara, passando por Campo Verde, Porto Belo até a sede. O percurso dura cerca de uma hora e meia. Será promovida pela Associação do Clube do Cavalo de Cariacica. Qualquer pessoa pode participar.

Mais opções na página 12

**CANEÇÃO • RJ**  
**DIA 13/01/2007**

**CHICO BUARQUE AO VIVO**  
Passagens aéreas • Hotel • Ingresso

**Tudo é um show, até a viagem.**

**IMPERDÍVEL! ÚLTIMAS VAGAS. GARANTA JÁ A SUA.**

**QUALITY**  
VIAGENS E TURISMO

Ligue agora e reserve o seu pacote:  
**(27) 3239-3899/3239-2491**  
**PLANTÃO: 8122-8256**



# Localize-se

## VIANA

### COMO CHEGAR

• Para chegar a Viana, saindo de Vitória, é só pegar a BR 262 e entrar à direita após o Posto da Polícia Rodoviária Federal (são cerca de três quilômetros).

### O QUE FAZER

• **Rampa do Urubu** - (9999-9838, Sergio) ou (9949-8057, Jadilson)

### AGROTURISMO

- **Sítio Ecológico Zucoloto** (3226-6330)
- **Parque Túnel da Alegria** (3336-6569)
- **Vista da Mata Bar e Restaurante** (3255-2586)
- **Margoto** - (3336-2026 ou 9971-8619)
- **Fazenda Boa Baixa** (3255-2166 ou 3255-2012)

## CARIACICA

### COMO CHEGAR

• Para chegar a Cariacica, saindo de Vitória, é só seguir pela Cinco Pontes

### O QUE FAZER

- **Estância do Vale Mochuara** - (3254-1488)
- **Sítio do Galo** - saindo da sede, siga em direção à Reserva Biológica de Duas Bocas.
- **Sítio Colfrio** - (9949-1359). Saindo da sede, fica a 1 km antes da Reserva Biológica de Duas Bocas. Abre aos sábados domingos e feriados, das 8 às 18h. Oferece piscina de água natural, bar e campo de futebol
- **Bica do Luiz** - (3284-3251). Em Roda Dágua, perto do ponto final, oferece piscina natural, área para churrasco, salão de jogos e bar. abre todos os dias, das 7 às 19h.
- **Sítio Vovô Didi** - (3254-1150)
- **Porto das Pedras** - (9971-6526). Partindo de Cariacica, pela Rodovia do Contorno, entrar no viaduto da Silotec, à esquerda, e seguir por mais de três quilômetros em estrada de chão. Oferece restaurante, campo de futebol, cavalo, trilhas, charretem música ao vivo aos domingos. Abre aos sábados domingos e feriados. No domingo, a partir das 12h, cobra R\$ 5,00 por pessoa
- **Passeio de bicicleta (Unicle)** (3226-3614)
- **Associação de Cavalgada** - (3254-6527)
- **Cavalgadores Amigos de Cariacica** (3226-0456)

## VILA VELHA

### COMO CHEGAR

• Saindo de Vitória, as opções são seguir pela Terceira Ponte ou pelas Cinco Pontes ou Segunda Ponte

### O QUE FAZER

- **Parque da Mantegueira** - (3339-8119)
- **Verdom** - (9953-3353)
- **Tropical Port** (9909-3239 / 2123-0937)
- **CC Trekking** - (3329-1810) - oferece trekking no Morro do Moreno, para grupos (R\$ 100,00 para no mínimo quatro pessoas) e individual (R\$ 25,00)
- **Vila Sub** - (3200-4289)
- **Aeroclube** - (3260-1136). Informações sobre pára-quedaismo (9989-3963)
- **Rajada** (9275-7397 / 3391-5313)

### AGROTURISMO

#### CIRCUITO JAGUARUSSU

- **Rancho Forte** - (3340-0851)
- **Rico Caipira** - (3244-4404)
- **Fazenda Solimar** (3244-0078)

#### CIRCUITO DO XURI

- **Sítio Paulino Tebaldi** (9252-9342)

#### CIRCUITO MORADA DO SOL

- **Sítio Descanso da Rendeira** - (3260-1195)
- **Sítio Nandobel** - (3260-1177). Vai abrir depois do próximo sábado
- **Sítio Tia Bila** - (3369-6076)
- **Fazenda Camping** (3260-1492)

#### CIRCUITO RETIRO DO CONGO

- **Chácara Goya** - (3034-3902)
- **Sítio Xodó** - (3223-3867)
- **Sítio ToaToa** - (3225-5472)

#### CIRCUITO CÔRREGO SETE

- **Sítio Casa Verde** - (3359-1067)
- **Rancho Atlântico** (3226-5832)
- **Sítio Toca do Índio** (3222-1252)

## FUNDÃO

### COMO CHEGAR

• Para chegar em Fundão, saindo de Vitória, é só pegar a BR 101 Norte.

### O QUE FAZER

• **Parque Municipal do Goiapaba-açu** - (3267-2327). Para chegar ao local basta pegar a BR 101 Norte, com destino a Fundão. Seguir pela ES 261 (que leva a Santa Teresa). Na altura do km 8 pegar a estrada de chão.

## VITÓRIA

### O QUE FAZER

- **Associação das Paneleiras de Goiabeiras** (3327-0519) com Berenice.
- **Passeio de barco pela Escuna Cores do Mar** (3222-3810, 9989-5107). Preço: R\$ 18,00 por pessoa (grupos de 10 pessoas). Até 4 anos é cortesia e de 5 a 9 paga metade.
- **Caminho do Sol** - sai do Pier de Iemanjá, passa pela Praia de Camburi e vai até o Porto de Tubarão. Depois segue rumo à Praia da Costa, Farol de Santa Luzia, Entrada do Canal de Vitória, ilhas do Boi e do Frade e Curva da Jurema.
- **Ilha de Vitória** - sai do Pier de Iemanjá, mas segue com destino às ilhas do Boi e do Frade, Terceira Ponte, Forte São João, Centro de Vitória, Ponte Florentino Avidos, Museu Ferroviário, com direito a visita, Penedo, Convento da Penha e Forte Piratininga.
- **Rota Manguezal** - sai do Cais do Hidroavião e passa pela Ilha da Pólvora, Ilha do Cal, Santo Antônio, Foz do Rio Bubu, Ilha das Caieiras, Foz do Rio Santa Maria, Canal dos Escravos, Estação Ecológica Municipal do Lameirão e Maria Ortiz.

## GUARAPARI

### COMO CHEGAR

• Para chegar a Guarapari, saindo de Vitória, é só pegar a Rodovia do Sol (Sul), a ES 060. Quem quiser pode ir pela BR 101.

### O QUE FAZER

- **Vôo Livre** - (3269-1345 ou 9981-6751)
- **Planet Sub** - (3262-9006)
- **Atlantes** - (33610405)
- **Acquamanía e Arvorismo** - (3200-4600)
- **Projeto Vela na Praia** - (9983-3604)
- **Pedreira Adventures Park** - (3361-2163)
- **Rio da Montanha Rafting** - (3268-1765)
- **Parque Estadual Paulo Cesar Vinha** - (3242-3665)
- **Passeio de Escuna** - (3261-3356 - Monte Santo, 9941-3342 - Guarapari e Guarapari II e 3361-4450, Indiana)



## SERRA

### COMO CHEGAR

• Saindo de Vitória, seguir pela BR 101 Norte, ou pela Rodovia Norte Sul

### O QUE FAZER

- **Subida ao Mestre Álvaro (ONG Movimento Viva Verde)** - (3316-8344 ou 3291-3745)
- **Escola de vôo nas falésias de Nova Almeida** - (3237-0892/9979-9977).

### AGROTURISMO

#### CIRCUITO DE GARANHUNS

- **Sítio Recanto do Mestre Álvaro** - (3074-7445/9967-8753)

#### CIRCUITO DE PITANGA

- **Fazenda Rosiquelli** - (3341-1161)
- **Sítio Ouro Velho** - (3341-1476)

#### CIRCUITO DE MURIBECA

- **Sítio Rancho Alegre** - (3074-1251)

#### CIRCUITO DE JACARAÍPE

- **Rancho Serra Azul** - (3252-6003)