

ROTEIRO – 1º MOCHILÃO – AMÉRICA DO SUL  
ROTEIRO BOLÍVIA -> PERU

DIA 01 – 06/03



Vôo | Brasil -> La Paz

Vôo TAM – Passagem por pessoa ida e volta:

**SÃO PAULO - LA PAZ**

<b>Voo</b>	<b>Domingo, 6 de Março de 2011</b>		
<b>Partida:</b>	21:30	São Paulo, Brasil - Guarulhos Internacional, terminal 1	
<b>Chegada:</b>	01:25 +1 dia(s)	La Paz, Bolívia - El Alto	Observação: inclui 1 escala(s) técnica(s)
<b>Cia Aérea:</b>	TAM Mercosur PZ711	<b>Duração:</b>	4:55
		<b>Aeronave:</b>	Airbus Industrie A320-100/200

**LA PAZ - SÃO PAULO**

<b>Voo</b>	<b>Domingo, 20 de Março de 2011</b>		
<b>Partida:</b>	02:30	La Paz, Bolívia - El Alto	
<b>Chegada:</b>	08:15	São Paulo, Brasil - Guarulhos Internacional, terminal 1	Observação: inclui 1 escala(s) técnica(s)
<b>Cia Aérea:</b>	TAM Mercosur PZ710	<b>Duração:</b>	4:45
		<b>Aeronave:</b>	Airbus Industrie A320-100/200

**TARIFA**

passageiros	voos	taxas	
2 adulto(s)	x	(560,54 + 64,00)	= 1.249,08 BRL
<b>total para todos os passageiros</b>			<b>1.249,08 BRL</b>

\* Preço consultado em 01/08/2010 em [www.tam.com.br](http://www.tam.com.br)

\*\* Horário de Brasília. (Fuso horário para La Paz -1h, com horário de verão -2h)



Chegada à La Paz | +/- 01h30

Moeda Boliviana -> Peso Bolivianos (conhecido como bolivianos)  
B\$ 1,00 -> R\$ 0,26 --- ou --- U\$ 1,00 -> B\$ 7,00

Trajetos Táxi -> Hostel – No máximo B\$ 60,00. Trajetos em torno de 35min.  
Aceitam Dólares? Chegaremos somente com dólares.  
- Pick-Up service do Hostel ?

**IMPORTANTE** – INFORMAR AO TAXISTA **HOSTAL COPACABANA**, POIS EXISTE TAMBÉM UM HOTEL COPACABANA.  
- Conferir o quarto antes e pedir os quartos mais distantes da rua. (2 diárias em La Paz)

- Onde se hospedar?

- Como iremos chegar pela madrugada, reservar o hostel com 2 semanas antes. (2 diárias em La Paz)

**1 – HOSTAL COPACABANA**

[www.hostalcopacabana.com](http://www.hostalcopacabana.com)

Calle Illampu, 734 – diária de B\$ 77,00 por pessoa. (U\$ 10,00 cada)

Quarto Individual com banheiro privado + Café da Manhã, Tv a cabo, câmbio, aceita Visa/Master.

Bagageiro, Internet grátis, lavanderia.

Café da manhã simples, torrada, geléia, manteiga, suco de fruta e mate de coca ou leite com toddy ou café.  
3 computadores com internet grátis (não muito rápidos), e é possível trocar dinheiro com os recepcionistas.

## 2 – HOTEL TORINO

<http://www.hoteltorino.com.bo>

Calle Socabaya, 457 – diária de B\$ 140,00 o casal em quarto matrimonial com banho privado.

Café da Manhã a parte B\$ 10,00 cada. \*Tem pick-up service (cobrado).

Fone: +(591 2) 240-6003 | Email: torinonet@hotmail.com

## 3 – HOSTAL GLORIA

Calle Illampu, quase ao lado do hostel Copacabana.

Lavanderia (B\$ 6), Internet (B\$ 3/h), Mini-mercado, Restaurante (muito boa a comida principalmente a sopa), Elevador para quem ocupa os andares a partir do 3º piso.

**Alimentação:** Café da manhã em La Paz sai entre B\$ 8,00 ou B\$ 10,00. Um almoço entre B\$ 10 e B\$ 15.

## DIA 02 – 07/03



LA PAZ / DIA LIVRE

- Comprar a noite o ônibus turístico para Copacabana para o próximo dia às 8h ou às 14h00.  
**Transporte:** Ônibus turístico = B\$ 30,00 + B\$ 2,00 do "Direito de uso do terminal" / cada.  
Uma taxa que tem em todo lugar, seja terminal de ônibus ou aeroporto. O valor varia.

Outros ônibus/vans para Copacabana partem do cemitério até as 16h e de 6ª feira até as 17h;

*Taxi até o Cemitério B\$ 10,00 cada*

*Van de La Paz a Copacabana B\$ 17,00 cada*

- Tentar reservar o Hotel Utama em Copacabana através da agência se sairmos às 14h00.
- Obs: O ônibus turístico passa para pegar no hostel.

Dia livre para compras.

- Mercado das Bruxas
- Mercado de artesanatos | Calle Linares
- Mercado em Illampu (Roupas)
- Plaza Murillo
- Museo del la Coca | Calle Linares, 306 | B\$ 10,00 cada

## DIA 03 – 08/03



LA PAZ / COPACABANA / ISLA DEL SOL

Saída do Ônibus Turístico para Copacabana às 08h00 ou às 14h00.

Chegando próximo à Copacabana, descemos do ônibus e atravessamos de barca um trecho sob o lago Titicaca, o ônibus faz o trajeto de balsa e nos pega na descida do lago.

Valor pela travessia de barca – B\$ 1,50 cada / Total de B\$ 3,00

- Onde se hospedar? – 1 noite em Copacabana

## 1 – HOTEL UTAMA

[www.hotelutama.com](http://www.hotelutama.com)

Calle Michel Perez, s/n – diária de B\$ 170,00 o casal.

Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

## 2 – HOSTEL SONIA

[www.review-hostel.com/hostal-sonia-copacabana-bolivia](http://www.review-hostel.com/hostal-sonia-copacabana-bolivia)

Calle Murillo, s/n – diária de B\$ 170,00 o casal.

Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

## 3 –HOSTAL LAS OLAS

[www.hostallasolas.com](http://www.hostallasolas.com)

Próximo ao porto.

Quarto Individual com banho privado – U\$ 40,00.

Vende tickets para Isla Del Sol, passagens para Puno, tem lavanderia.

---

Comprar passagens de ida e volta de trem | Trajeto Ollamtaytambo -> Águas Calientes (2 pessoas)  
<http://www.perurail.com/> Comprar o mais antecipadamente possível.

**Passagem de ida** -> 06/03 - 19h00 / chegada em Águas Calientes - 20h45  
Valor Total: U\$ 52,10 para 2 passageiros

**Passagem de volta** -> 08/03 - 08h53 / chegada em Ollamtaytambo - 10h53  
Valor Total: U\$ 52,10 para 2 passageiros

**Valor Total das Passagens + taxas: U\$ 124,00 / R\$ 229,40**

---

### OPÇÃO 01

Se fizermos todas as compras em La Paz no 1º dia, podemos pegar o ônibus turístico para Copacabana às 08h00. Assim, chegaremos em torno de 12h00 e podemos partir para Isla 13h30, dormindo na parte norte e retornando para Copacabana pela manhã, e assim, partirmos para Puno/Cusco às 13h00.

### OPÇÃO 02

Se não fizermos todas as compras em La Paz no primeiro dia, partir para Copacabana no ônibus turístico às 14h00, chegando em Copacabana em torno de 18h00. Dormimos em Copacabana, não fazemos a Isla Del Sol no dia seguinte, apenas subimos o cerro calvário, e seguimos para Puno/Cusco às 13h00.

- Tickets pra Isla (mesmo preço em todo lugar), B\$ 20,00 cada + B\$ 10,00 de pedágio lado norte / cada.

Comprar passagens para Puno para o dia seguinte, que sai em torno de 13h00 (B\$ 25,00 cada).  
Se tiver outras opções de horários mais tarde, melhor.

**Se não me engano, havia sim horários mais tarde para Cusco, acho que às 17h30 ou 18h.  
Acho que se vc tomar esse ônibus das 18h para Puno, vc deve conseguir embarcar no das 21h para Cusco.**

## DIA 04 - 09/03



COPACABANA / ISLA DEL SOL -> IDA PARA CUSCO

### Isla del Sol

- Os barcos para a Isla del Sol saem do cais de Copacabana. O trajeto é feito em 1h/1h30.
- A lancha sai todos os dias às 08h e às 13h30 para o lado norte.
- Para jantar em Copacabana, a Av. 6 de Agosto é a melhor rua.

### Dicas para Isla:

- água, chocolate, barra de cereal e protetor solar e papel higiênico sempre na mochila.

O Ônibus em Copacabana com destino a Puno sai às 13h00.  
2h/3h até Puno / Puno -> Cusco, 9h de viagem, S/ 35,00 cada.

**Em Puno: Para jantar há um restaurante no segundo andar do terminal que gostei bastante, recomendo.**

- Fuso horário -1h00 em relação à Bolívia (-2h em relação à Brasília / -3h no horário de verão)  
OBS: Cambiar dinheiro para Soles

Ônibus Puno -> Cusco - tem várias empresas e variados preços  
Recomendada: San Martin, saindo diariamente entre 21h e 22h.

Se possível, ir para Cusco sem fazer Ilhas dos Uros em Puno.

Outros empresas de ônibus recomendados: Julsa, Flores, San Luiz Cruz Del Sur (a mais cara).

**IMPORTANTE: SEMPRE PEDIR RECIBOS COM DESCRIÇÃO DO QUE FOI COMPRADO**

**Exemplo: ônibus semi-leito, almoço, lanche, etc.**

Moeda Peruana -> Novo Sol (conhecido como Soles)

S\$ 1,00 -> R\$ 0,65 ---- ou ---- U\$ 1,00 -> S\$ 3,00

## DIA 05 – 10/03



### CUSCO – DIA LIVRE

- Do Terminal até a Plaza de Armas, o valor é de no máximo de S/5,00, vá para fora da rodoviária para pegar o táxi; a noite o preço pode subir até s/8,00).
- Onde se hospedar? – 1 noite em Cusco.
- **Pirwa Backpackers Familiar | Calle Carmen Alto, perto da Plaza de Armas**  
[www.pirwahostelsperu.com](http://www.pirwahostelsperu.com)  
Cozinha, Café-da-Manhã, Internet Grátis com Wi-Fi.  
Lavanderia que entrega no mesmo dia (S/3,00 kg)  
U\$ 10,00 quarto matrimonial com banho privado / cada.
- **Hostal Girasoles | Calle Recoleta Pantaccalle, 388**  
[www.hostalgirasoles.com](http://www.hostalgirasoles.com)  
Café-da-manhã. Diária quarto de casal com banho privativo aprox. S/ 50,00  
TV a cabo, informação turística, internet, cofre, cafeteria, lavanderia, cozinha, pick-up service.
- **Pirwa Posada del Corregidor | Plaza de Armas**  
[www.pirwahostelsperu.com](http://www.pirwahostelsperu.com)  
Portal De Panes, 151 - Main Square  
Cozinha, Café-da-manhã, Internet Grátis com Wi-Fi.  
Lavanderia que entrega no mesmo dia (S/3,00 kg)  
S/ 50,00 a diária com quarto matrimonial e banho privado.
- **Hostel Home Sweet Home**  
[www.homesweethome-peru.com](http://www.homesweethome-peru.com)  
Asociacion San Marcos A-3 San Blas Cusco  
Café-da-manhã, Internet Grátis com Wi-Fi, pick-up service.  
Eur\$ 7,00 cada a diária em quarto duplo com banho privado. S/ 26,00 cada.
- Combinar no hostel mais uma “1/2” diária para quando voltarmos de Machu Picchu por volta das 13h00 até às 21h00, quando depois partiremos para Arequipa, para podermos tomar um banho e descansar.
- Se ficarmos no Pirwa Backpacker, deixar reservado o hotel Pirwa também em Águas Calientes (2 diárias).
- O serviço de proteção ao turista que fica na Av. El Sol, logo na primeira ou segunda quadra no início da avenida, próximo a Plaza del Armas.
- Pagar Boleto turístico de Cusco: S/ 70,00 cada (S\$ 140,00) – Somente Circuito 3  
**Venda Oficial:** Oficina de Boleto Turístico, Av. Sol 103, aberto de Seg/Sab 08h-18h.  
Vendas também em oficinas turísticas e agências de viagem | [www.boletoturisticoCUSCO.com](http://www.boletoturisticoCUSCO.com)
- Comprar os tickets de entrada para MP: S/ 126,00 cada.  
Consettur - na Av. Infancia n° 433 ou Interbank na Av. El Sol. U\$ 14,00 ida e volta / cada.
- Onde comprar os bilhetes do micro-ônibus de Machu Picchu -> Águas Calientes ?
- Contratar agência para passeio no Valle Sagrado: Média de S/ 25,00 cada.  
Explicar que pegaremos o trem em Ollantaytambo às 19h00 para encaixar os horários.  
Indicada - Peruvian Highland Travel - Calle Plateros, 347 | <http://www.peruvianhighland.com>

***Cheguei em Cusco dia 25-04-10. A empresa que nós fechamos o Vale Sagrado foi a Peruvian, com o Fred. Não tivemos nenhum problema, super atencioso e nos deu descontos. Inclusive, peçam descontos pra tudo!***

- Comprar passagens para Arequipa para o dia 08 (13/03).

Cruz Del Sur | [www.cruzdelsur.pe](http://www.cruzdelsur.pe)

Bus-cama, café-da-manhã, banheiro, Tv a bordo, ar condicionado.

Preço: S/ 102,00 cada | R\$ 62,00 | Valor Total: R\$ 124,00

Saída: 20h30 | 10h de viagem – previsão de chegada: 06h30

Saída às 22h com previsão de chegada às 6h. S/45,00 cada.

*Ônibus semi-leito, mas era praticamente leito, muito confortável, vale o investimento. Jantar, poltrona bem larga e confortável, comissário de bordo, banheiro, cobertor, etc.*

- Dica: Museo Inka é bacana e vale a pena | Cuesta del Almirante, 103 (Rua atrás da Catedral). De segunda à sexta das 8 às 18h, sábado das 9 as 16h. Valor – S/ 10,00 cada.
- Fazer compras para levar para Machu Picchu e arrumar mala de ataque. Água, gatorade, bolachas, lanches. Em Machu Picchu os preços são muito caros.

*Capa de chuva, bloqueador solar e hidratante! Quando fui para MP choveu, fez sol, neblina, choveu de novo, tudo em poucas horas! O clima é muito seco, e quem tiver pele sensível, tem que hidratar!*

## Dia 06 – 11/03



### VALLE SAGRADO -> ÁGUAS CALIENTES

- Deixar cargueira no hotel e ir só com a de ataque.
- O passeio do Valle Sagrado sai pela manhã em torno de 08h30 e termina em torno de 18h30.

**Circuito 3:** Valle Sagrado: PISAQ, Ollamtaytambo, Moray, Maras, **Chincho (cortar)**

**Não fazer passeio em Chincho.** Pegar o trem em Ollamtaytambo às 19h para Águas Calientes.

Onde se hospedar? – 2 noite em Águas Calientes – chegada em torno de 21h00.

Se for no Pirwa Backpacker terá alguém nos esperando na estação de trem.

- **PIRWA HOSTELS**

[www.pirwahostelsperu.com](http://www.pirwahostelsperu.com)

Final da Av. Pachacutec.

Cozinha, Café-da-manhã, Cofre, Pick-Up service, Lavanderia, Internet Grátis com Wi-Fi.

Diária quarto de casal com banho privativo: U\$ 35,00 o casal.

- **HOTEL INTI PALA**

[www.hotelintipata.com](http://www.hotelintipata.com)

Café-da-manhã, Cofre, Pick-Up service, Lavanderia, Câmbio.

Diária quarto de casal com banho privativo: S/ 50,00 o casal.

- **HOSTEL LAS ROCAS**

7,3 USD – S/ 23,00 com banho privado / cada.

*O melhor em toda a viagem! Limpo, sem mofo, com toalha e sabonete. Café incluso, suco de laranja, café com leite, chá, pão, manteiga, geleia, servido cedinho, a partir das 5 horas para dar tempo de pegar o trem o subir para MP cedo.*

- Confirmar no hostel se tem café da manhã de madrugada antes de partirmos para Machu Picchu.

## Dia 07 – 12/03



### ÁGUAS CALIENTES -> MACHU PICCHU

- Saída do hostel – 4h00 / 4h30
- Se o ticket do microônibus de Águas Calientes para Machu Picchu não for comprado em Cusco, um terá que ficar na fila do Microônibus e outro na fila para comprar os tickets, a bilheteria abre às 5h. Microônibus - U\$ 14,00 ida e volta cada / Total - R\$ 52,00.

**IMPORTANTE:** Saídas a partir das 5h30. São 15 microônibus confortáveis que fazem este trajeto o dia todo, de 10 em 10 minutos em qualquer um dos lados (MP ou AC)

*Chegando ao parque, haverá outra fila para entrar. Uma pessoa passará com uns selos para grampear os bilhetes para subir Huyana Picchu. Duas opções de horário para subir: logo que entrar ou entre 10 e 11 horas. Melhor pegar o das 10h, pois a subida é muito cansativa e depois não haverá muito fôlego para conhecer bem a cidadela depois.*

Os guias para conhecer a MP só aparecem na entrada +/- 8h00. Até lá, peguem a rota da "casa do guardião" (de onde é possível tirar aquela foto famosa). Se der tempo, perto dali fica a ponte inca (ver placas). Quando for perto de 8h, vá até a entrada e contrate um guia (imprescindível para conhecer MP). São muitas as opções. Melhor pegar um guia com um grupo pequeno, de preferência falando uma só língua para render mais a visita. Pagamos S/20,00 cada. Antes pergunte quanto tempo durará a visita e qual será o trajeto (vc terá um mapa), alguns costumam correr para pegar mais clientes. Um bom tour demora 2h pelo menos.

## Dia 08 – 13/03



ÁGUAS CALIENTES -> CUSCO -> AREQUIPA

- Pegar o trem de volta para Ollantaytambo às 08h50 e seguir para Cusco.

- Para ir de Ollantaytambo até Cusco, é possível pegar um "colectivo", que são carros que fazem Ollanta -> Cusco para 4 pessoas (S/15,00 cada). Outra opção são Vans de agências de turismo, que cobram em geral o mesmo preço. O trajeto demora +/- 1h30, 2hs e é bem bonito, pois há belas paisagens dos nevados no caminho. Há bastante transporte para lá, não se preocupem. Paguei S/10 para voltar para Cusco de microônibus.

- Valor máximo de transporte Ollanta -> Cusco – S/ 15,00 cada | Total de S\$ 30,00.  
Horário de Chegada em Ollantaytambo – 11h00.  
Horário máximo de chegada em Cusco – 13h00.
- Resto do dia livre
- Saída do ônibus para Arequipa - 22h00

## Dia 09 – 14/03



AREQUIPA / DIA LIVRE

- Previsão de chegada – 06h30.
- Pegar táxi para o hotel. (máximo S/ 10,00), ou para Plaza das Armas.
- Onde se hospedar? – 1 noite em Arequipa.

### 1 – HOTEL REAL

[www.arequipahotels.net/hotel-real](http://www.arequipahotels.net/hotel-real)

Calle Santo Domingo, 305 – Próximo à Plaza das Armas

Diária de S/ 70,00 o casal. Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

### 2 – POSADA DEL PARQUE

[www.posadadelparque.com](http://www.posadadelparque.com)

Calle Dean Valdivia, 238 – 4 quadras da Plaza das Armas

Diária de S/ 75,00 o casal. Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

\*Tem lavanderia e uma agência de turismo na pousada

### 3 – HOME SWEET HOME

[www.homesweethome-peru.com](http://www.homesweethome-peru.com)

Calle Rivero, 509 – Diária de R\$ 18,00 o casal.

Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

### 4 – LOS ANDES BED & BREAKFAST

[www.losandesarequipa.com](http://www.losandesarequipa.com)

Calle La Merced, 123 – Diária de S/ 50,00 o casal.

Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã.

Cozinha, bagageiro, lavanderia.

- Ir na agência Eco Tours (Calle Jerusalém) e fechar com o Ludvigh (recomendado no fórum) passeio para o Cânion Del Colca para o próximo dia, passeio de 2 dias e 1 noite em Yanque – de S/ 80,00 à S/ 150,00 (inclui viagem Arequipa -> Yanque + hostel + café da manhã + guia no Cañion del Colca). O valor varia de acordo com o local escolhido para pernoitar (ficar em Yanque, onde há uma trilha para as ruínas de Uyo Uyo, valor do passeio normalmente incluso no pacote pra quem ficar em Yanque).

**OBS:** As agências em Arequipa fecham em torno de 19h00 – 19h30.

- Comprar passagem para La Paz com saída para o dia 11 (16/03) a noite.

[http://www.incatoursperu.com/e\\_peru\\_bus\\_tickets.htm](http://www.incatoursperu.com/e_peru_bus_tickets.htm)

Ormeño Bus Cama – Royal Class

Arequipa	La Paz – Bolívia	23:00	10:00	U\$ 50.00
----------	------------------	-------	-------	-----------

- Dica: Visitar o famoso museu Santuarios Andinos com a múmia Juanita | S/ 15,00 cada

## Dia 10 – 15/03



### CAÑION DEL COLCA (Yanque)

- Deixar malas no bagageiro do hotel em Arequipa e levar a de ataque para Yanque.
- Comprar folhas de coca para mascar antes de subir no Cãnion, para aliviar a altitude.
- Observação:** Levar roupas quentes, gorros, capuz. Além do frio, o vento é muito forte.
- Saída do Hotel em Arequipa em torno de 8h00 (passam no hotel). +/- 2h30 de viagem.
- Para entrar em Chivay é preciso pagar um boleto turístico: S/ 35,00 cada.
- Almoço (dependendo do pacote fechado está incluso).
- Caminhada pelas ruínas de Uyo Uyo
- Parada nos banhos termais – S/ 10,00

Refeições em Chivay – 3 (2 almoços e 1 jantar), no máximo S\$ 40,00 o casal / cada refeição.  
Média Total das Refeições: S\$ 120,00.

## Dia 11 – 16/03



### MIRADOR DEL CONDOR – RETORNO PARA AREQUIPA / IDA PARA LA PAZ

- Saída para o Mirador em torno das 6h00
  - Retorno para Arequipa a tarde.
- Dica: Doceria tradicional **Antojitos de Arequipa**.

Saída às 23h00 para La Paz | 10h00 de viagem.

## DIA 12 – 17/03



### CHEGADA EM LA PAZ – 11h00

- Fechar o passeio do Downhill em Coroico para o próximo dia.
- Aproximadamente B\$ 400,00 cada com tudo incluso.
- Fechar para o dia 14 passeio Chacaltaya + Valle de la Luna:
- Custo de Bs. 50,00 cada, incluindo transporte e guia
  - B\$ 15,00 de entrada no Chacaltaya.
  - B\$ 15,00 de entrada no Vale de La Luna.

## Dia 13 – 18/03



### DOWNHILL EM COROICO

*Feito com a Xtreme Downhill (Sagarnaga St. Gala Center Shopping), na minha opinião a melhor! O grupo é pequeno e eles são sempre os primeiros. O valor depende da bike. Se não me engano foi B\$ 400,00 com a melhor bike! Mas as outras tbm eram boas.*

O passeio começa a margem de um lago com um monte nevado do lado. Tomamos café com o pessoal, colocamos as roupas e saímos rodovia abaixo, são cerca de 20km de rodovia asfaltada, andando no meio de carros, caminhões, com um frio e um visual mto bom. Este trecho é mto legal pra vc conhecer a bike. Depois chegamos ao início da "death Road". Algumas dicas de segurança vc começa a descer a estrada de pedra e terra. Tem várias paradas pra comer, descansar e observar o visual. Durante todo o trajeto um dos guias fica tirando fotos e filmando, no final do passeio vc recebe um cd com as fotos e tb uma camiseta "I survive the death road". No término do passeio, vamos para um hotel tomar um banho e almoçar. Depois regressamos de van de volta a La Paz.

---

Estão inclusos: Café da manhã, Água, Chocolate, Sanduiche, Coca-cola e Almoço.

Saída às 07h00 - 5 horas de bicicleta aproximadamente.

Chegando ao hotel tem ducha, piscina e almoço.

Retorno às 15h00 para La Paz chegando as 18h30.

Brinde com camiseta do sobrevivente e Cd com as fotos.

Estamos para servirle si tem alguma consulta pode escrever. O brigada por sua confiança.

---

Fiz o downhill dia 10/03/10. Dicas pra quem está indo:

- Paguei 240 Bolivianos pela XTREME que é uma agência muito atenciosa com guias super divertidos.

Agora acontece o seguinte, depois que fiz o passeio, já a partir do dia 22 de março para ser mais exato, os valores de todas as agências iriam **AUMENTAR**, pois as agências seriam obrigadas a emitir "faturas" e/ou "notas" e assim seriam tributados e os preços **quase dobrariam**.

---

OBS: Leve uma muda de roupa, com chinelos e/ou tenis e meia, pois durante o trajeto atravessamos umas mini-cachoeiras que deixam o pé ensopado. No hotel aonde nos levam para almoçar e descansar tem duchas muito boas.

<http://www.xtremedownhill.com/english/xtreme/index.htm>

Saída às 07h30 de La Paz, de van. Chegada no topo de Coroico em torno de 09h30.

Chegada em La Paz em torno de 20h00.

Dicas:

- Ir com camadas de roupas que dê para ir tirando
- Levar as coisas pra tomar banho no fim

**DIA 14 - 19/03**



VALLE DEL LA LUNA E CHACALTAYA / RETORNO AO BRASIL

- Saída do hostel em torno de 08h00 e retorno no final da tarde.

**OBS: levar lanche, em chacaltaya só tem uma lanchonete cara que não foi recomendada.**

Dicas:

- Ir com várias camadas de roupa, pra poder tirar no Valle e colocar no Chacaltaya.
- Óculos escuros - a neve reflete muito
- Quem vai sair de La Paz de avião deve pagar a taxa de embarque do aeroporto, que é de U\$25 cada para vôos internacionais.

## Dicas gerais (Bolívia)

- As estradas asfaltadas na Bolívia são coisa rara.
- O trânsito na Bolívia é um caos, principalmente em La Paz, não respeitam sinaleiros, entram na sua frente.
- Na estrada os ônibus param em qualquer lugar, até mesmo na rodovia sem sair para o acostamento.
- O povo boliviano é muito simples, seus costumes são totalmente diferentes dos do brasileiro, a higiene não é uma obsessão, por isso cuidado com o que come, prefira pagar um pouco mais, comendo num restaurante higiênico do que se expor a pegar uma cólera.
- Consoma água somente engarrafada, a água chamada de potável é de péssima qualidade.
- Tudo na Bolívia são muito baratas, aproveite para comprar roupa e outros produtos.

## Dicas gerais (Peru)

- A entrada no Peru vindo da Bolívia é um verdadeiro desastre, principalmente às terças e sextas, em que se instala uma feira em plena rodovia, se é que pode chamar-se de rodovia uma estrada cheia de buracos.
- Depois de cruzar a ponte para fazer a documentação, tenha paciência, vai levar mais de uma hora, a burocracia é grande.
- Não beba água da torneira no Peru, há pouca água tratada, a maioria é de poços, e como quase não há esgoto, já imaginam como deve ser a água do poço, ferva a água para beber ou compre água mineral.
- Em Cusco, não compre artesanato no centro da cidade, é muito mais caro. Vá na feira de artesanato, fica a umas 10 quadras do centro, é um local enorme com dezenas de barraquinhas com os mais diversos artesanatos, nunca pague o primeiro preço que lhe dão.
- Em todas as ruínas há pessoas vendendo artesanato, também sempre pechinche, no final poderá pagar 30% a menos. Pechinche e fará bons negócios.
- Tudo o que tiver que comprar para levar a Machu Picchu, é melhor comprar em Cusco ou Ollantaytambo. Em Aguas Calientes pagará o dobro. Não se esqueça de levar lanche, e muito. Machu Picchu dá uma fome de leão, e lá os preços são uma força.
- Geralmente o dia amanhece feio em Machu Picchu, deixe para tirar suas fotos depois do meio dia.
- Não deixe de escalar o Huayna Picchu, é uma aventura que vale a pena.
- Ao visitar as ruínas, junte-se a outros turistas e dividam o pagamento de um guia, assim saberá melhor o que está olhando, mas cuidado com alguns que ocupam seu tempo dando aulas de botânica, se isso acontecer, lembre ao guia educadamente que você está ali para aprender sobre os incas e não sobre flores e plantas locais.
- No Peru, a fiscalização nas rodovias é implacável, no início e final de cada povoado sempre há uma viatura, sem contar as que estão fora na estrada.
- A Inka Cola é um refrigerante originalmente peruano, e por consequência o mais consumido no país. Não deixe de dar um provadinha na cerveja cusqueña.
- Compre passagem de ônibus das companhias Cruz Del Sur ou Ormenõ. Os ônibus dessas companhias são os melhores dentro do Peru.
- A empresa Cromotex é boa: sem paradas, nem vendedores nem música mexicana, nem pessoas em pé. O ônibus ainda tem televisão e pode passar um filme com volume moderado sem problemas.
- Energia elétrica: no PERU é 220 volts.

## Dicas gerais

- Leve/compre papel higiênico (é comum não ter nem em banheiro de restaurante)
- Leve filtro solar e protetor labial (o frio seco detona os lábios)
- Leve capa de chuva.
- Ative seus cartões de crédito/débito para serem usados no exterior. O Peru precisa de uma ativação especial.
- Nunca confie totalmente nos cartões e leve pelo menos 50% da grana em dinheiro.
- Em La Paz tem Banco do Brasil.
- Tire xerox dos seus documentos e cartões e leve em uma doleira. Usei MUITO o xerox do passaporte.
- Vacine-se contra febre amarela e adquira um cartão de vacinação internacional na Anvisa.
- A comida é forte para alguns, mas a mim não fez nenhum mal. Sinto saudade do pollo frito até hoje...
- "Cancelado" significa "Pago".

## Sites com informações úteis

### **Bolívia**

<http://www.bolivia.com/Turismo/ciudades...isitar.htm>

[http://www.bus-america.com/linea\\_BO\\_Fs.htm](http://www.bus-america.com/linea_BO_Fs.htm)

<http://www.tam.bo/>

<http://www.boliviacontact.com/BusesTrenes.html>

<http://www.embajadadebolivia.com.ar/turismo/acceso.htm>  
<http://photoestrada.com/tag/potosi/>  
<http://www.comercioexterior.ub.es/fpais ... udades.htm>  
<http://www.travel-bolivia.com/index.html>  
<http://www.fca.com.bo/contenido.php?sec ... seccion=41>  
<http://stoptours.com/mapa/mapapor.html>  
<http://www.bcb.gov.bo/>

### **Peru**

<http://www.comercioexterior.ub.es/fpais ... tantes.htm>  
<http://www.virtualperu.net/>  
<http://www.adonde.com/turismo/>  
[http://www.bus-america.com/linea\\_PE\\_Fs.htm](http://www.bus-america.com/linea_PE_Fs.htm)  
[http://www.peru.info/s\\_ftociudades.asp](http://www.peru.info/s_ftociudades.asp)  
[http://www.nomad.com.br/destinos/viagem ... d\\_hist=652](http://www.nomad.com.br/destinos/viagem ... d_hist=652)  
[http://www.mapsguides.com/t/peru\\_transp ... rio\\_pt.php](http://www.mapsguides.com/t/peru_transp ... rio_pt.php)  
[transporte-terrestre-no-peru-t24017-30.html](http://transporte-terrestre-no-peru-t24017-30.html)  
<http://www.turisonuevocontinente.com/>  
<http://www.cuscoonline.com/english/ag001.shtml>  
<http://brasil.machupicchu.com.pe/>

---

### **Seguro Viagem – Mais indicado - Mondial**

MONDIAL ASSISTANCE | [www.mondialtravel.com.br](http://www.mondialtravel.com.br) | 11 4331 5121  
Viagem América do Sul – 2 passageiros – à vista R\$ 182,98 ou 5x 36,60.

Submarino Viagens | <http://www.submarinoviagens.com.br/seguro-viagem.aspx>  
Seguro da Mondial para 2 passageiros: R\$ 179,42 ou 5x de 35,88.

### **Vistos e documentos - Bolívia:**

Os turistas brasileiros não necessitam de visto para visitar a Bolívia para estadas de até 90 dias. É necessário apresentar o passaporte válido por um período mínimo de seis meses. Também é necessário obter o Certificado Internacional de Vacina da Febre Amarela, que é emitido nos postos da Saúde dos Portos nos aeroportos. Este documento é exigido pelas autoridades brasileiras no retorno ao país, e por isso é imprescindível para viajar à Bolívia - as companhias aéreas sequer deixam o passageiro embarcar se o mesmo não apresenta o Certificado. A vacina é gratuita, válida por um período de dez anos, e deve ser tomada no mínimo dez dias antes do embarque.

### **Compras**

#### **Região das Calles Sagarnaga e Illampu**

Nesta área se pode encontrar de tudo, inclusive lojas que vendem equipamentos e roupas de frio. É uma região grande de ruas de subida, cheias de lojas e barracas nas ruas. As roupas mais pesadas de frio, como casacos de pluma e fleece, podem ser encontradas na Calle Tumusla (depois de subir bastante), já o mais corriqueiro como a lã tem em todo lugar.

#### **Calle del Comercio**

Rua de pedestres próxima a Plaza Murillo onde à noite acontece uma feira que vende roupas de frio, comidas e alguns eletrônicos.

#### **Shopping Norte**

Lojas que vendem roupas de grifes famosas por preços mais em conta que os praticados no Brasil. Localizado próximo a Plaza Murillo e ao Hotel Torino.

#### **Fair Play**

Rede boliviana de artigos esportivos. Vende tênis e roupas das grandes marcas como Nike, Adidas e Puma por preços bem atrativos se comparados aos brasileiros. Oferecem descontos e aceitam cartões de crédito (o que é raro na Bolívia). Há várias lojas pela cidade, inclusive no Shopping Norte e na Calle Illampu.

#### **Tatoo**

Loja que vende equipamento de aventura em geral. Localizada na Calle Illampu, 828.

O barato em La Paz, não é fazer compras no centro, e sim nas ruas de subida, perto da Sagarnaga e Illampu. Lá por cima, tem rua vendendo tênis, rua vendendo casaco de couro, rua pra eletrônicos, rua pra tudo, pela metade do preço de lá de baixo.

As cargueiras vc pode dar uma olhada no preço no Norte Shopping e comprar nessas ruas que falei.

Outra oportunidade é dar uma olhada a noite na Calle Comercio (parte próxima a Plaza Murillo), pois lá vende de tudo e com o mesmo preço das ruas de cima. Lá tem como comprar casaco impermeável de fibra e pena de ganso, mochilas, casacos comuns e de alpaca, luvas de fleece, lã e outras sintéticas e um mundo de coisas.

Calle Graneros (rua lateral da calle Illampu, é onde tem muitas tendas de rua - cobertura azul)  
Calle Isaac Tamoyo - que é a rua atrás da calle Illampu

Para você chegar nesse dois locais subindo da igreja de São Francisco, é somente seguir a calle Sagarnaga e dobrar para a direita na calle Illampu, nessa rua tem várias lojas de materiais outdoor (Tatto, Bazar Aleman, Sampaya e outras), você vai caminhando pela calle Illampu e acha as placas dessas outras transversais. Essas ruas do centro de La Paz são todas bem sinalizadas.

- Casaco Fleece Polartec - Tattoo na Calle Illampu - b.514 - Tem várias opções mais baratas.
- Luva - tem em todo lugar - B\$10,00.
- Travesseiro pra viagem + capa de chuva - Sampaia Outdoor na Illampu! - tem muita coisa nessa loja.
- Gorro de alpaca, luva, meia, lenços - Calle de Las Brujas
- Segunda Pele - galeria na Sagarnaga em frente ao hostel Maya - B\$70,00
- Mochila de ataque North Face - loja da North Face na Illampu - b.280
- Casaco fleece North Face - loja no começo da Illampu - b.280
- Calça que vira bermuda - loja na subida da Calle Santa Cruz - b.280 - excelente esse tipo de calça. Leve porém corta o vento legal. Sai de manhã cedo como calça, tira do joelho pra baixo no calor do dia e anoiteceu vupt de volta.

Em La Paz saí para comprar roupas de frio, não levei quase nada de casa e deixei para comprar tudo lá, inclusive a mochila, levei tudo em uma malinha de mão pequena. Na Calle Sagárnaga, no lado esquerdo de quem sobe, há uma feira que vende casacos, gorros, meias e cachecóis. Comprei um casaco, um poncho, um cachecol, 3 gorros, 1 par de meias e 1 de luvas, tudo por 300 bolivianos, que são 85 reais. Na Sagárnaga tem algumas lojas de material esportivo em que se pode comprar fleece. Comprei uma luva de fleece por B\$ 40. Para encontrar mais roupa de frio vá subindo pela Calle Illampu, até a Calle Tumusla, onde há várias barracas e lojas e vendendo casacos. No finalzinho da Illampu comprei um casaco de pluma por 120 bolivianos. Para comprar artesanatos o melhor lugar também é naquelas quadras da Sagárnaga e Illampu.