

**“As pessoas não fazem viagens, são as viagens
que fazem as pessoas.”**

John Steinbeck



PROJETO MOCHILÃO AMÉRICA DO SUL 2012/2013
BOLÍVIA – PERU – CHILE (17/12 À 13/01)

ROTEIRO

DIA	(Horário) DATA	ORIGEM – TRANSFER – DESTINO	GASTO (R\$)
1º	(14:00) 17/12/2012	T. Lagoas – C. Grande – Corumbá – Puerto Quijarro	R\$ 172,71
2º	(18:30) 18/12/2012	Puerto Quijarro - Santa Cruz	R\$ 141,84
3º	(16:00) 19/12/2012	Santa Cruz - Sucre - Potosi	R\$ 41,86
4º	(18:00) 20/12/2012	Potosi - Uyuni	R\$ 36,68
5º	(10:30) 21/12/2012	Uyuni – (Salar)	R\$ 192,83
6º	22/12/2012	Uyuni – (Salar)	-
7º	(09:00) 23/12/2012	Uyuni – (Salar) – San Pedro do Atacama	-
8º	24/12/2012	San Pedro do Atacama	R\$ 495,63
9º	(20:30) 25/12/2012	San Pedro do Atacama - Arica	R\$ 13,53
10º	(21:00) 26/12/2012	Arica – Tacna / Tacna - Arequipa	R\$ 28,53
11º	27/12/2012	Arequipa	-
12º	28/12/2012	Arequipa	-
13º	(19:00) 29/12/2012	Arequipa – Nazca	R\$ 340,91
14º	(16:00) 30/12/2012	Nazca - Ica	R\$ 174,01
15º	31/12/2012	ICA - Paracas - ICA	-
16º	(21:00) 01/01/2013	ICA - Cuzco	R\$ 263,88
17º	02/01/2013	Cuzco	-
18º	03/01/2013	Cuzco	R\$ 542,71
19º	(21:00) 04/01/2013	Cuzco – Aguas Calientes	-
20º	(6:00) 05/01/2013	Machu Picchu	R\$ 216,10
21º	(6:00) 06/01/2013	Aguas Calientes – Cuzco / Cuzco - Puno	-
22º	(16:00) 07/01/2013	Puno – Copacabana	R\$ 53,50
23º	(15:00) 08/01/2013	Copacabana – La Paz	R\$ 180,00
24º	09/01/2013	La Paz	-
25º	10/01/2013	La Paz	-
26º	11/01/2013	La Paz	R\$ 257,60
27º	(21:00) 12/01/2013	La Paz – Santa Cruz	R\$ 141,84
28º	(18:30) 13/01/2013	Santa Cruz – Campo Grande - Três Lagoas	R\$ 172,71
28 DIAS		8.886 Km	R\$ 2.697,43



Câmbio: 20/04/2012 <http://www4.bcb.gov.br/pec/conversao/conversao.asp>

01 DOLAR		01 REAL	
Boliviano	6,86	Boliviano	3,68
Peso chileno	488,10	Peso chileno	258,73
Novo Sol	2,65	Novo Sol	1,41
Reais	1,89	Dolar	0,53

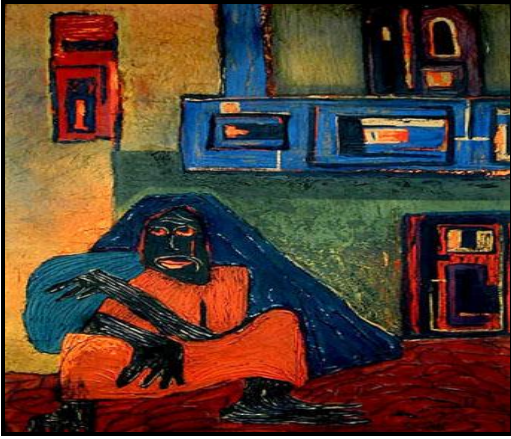
Distâncias:

Origem	Chegada	KM
Três Lagoas	Corumbá	782 Km
Puerto Quijarro	Santa Cruz	862 Km
Santa Cruz	Sucre	610 Km
Sucre	Potosi	162 Km
Potosi	Uyuni	240 Km
Uyuni	SP Atacama	429 Km
SP Atacama	Arica	717 Km
Arica	Tacna	56 Km
Tacna	Arequipa	368 Km
Arequipa	Nazca	405 Km
Nazca	Pisco	183 Km
Pisco	Ica	66 Km
Ica	Cuzco	835 Km
Cuzco	Puno	389 Km
Puno	Copacabana	138 Km
Copacabana	La Paz	150 Km
La Paz	Santa Cruz	850 Km
Santa Cruz	Puerto Quijarro	862 Km
Corumbá	Três Lagoas	782 Km

Altitude:

- Santa Cruz de la Sierra - 439
- Cochabamba - 2.560
- La Paz - 3.660 (capital mais alta do mundo)
- Copacabana - 3.840
- Puno - 4.000
- Cuzco (3.400)
- Águas Calientes - 1.900
- Nazca - 600
- Ica - 406
- Pisco - 09
- Paracas - 05
- Arequipa - 2.350
- Tacna - 562
- Arica - 300
- San Pedro de Atacama - 2.400
- Salar de Uyuni - 3.650 (altiplano)
- Potosi - 4.000
- Sucre - 2.800

Principais Atrações:



ARTE



CULTURA



NATUREZA



TRADIÇÃO



TREM DA MORTE



SALAR DE UYUNI



LAGUNA VERDE



DESERTO DO ATACAMA



OCEANO PACÍFICO



CANYON DEL COCA



LINHAS DE NAZCA



EL MISTI



PARACAS E ILHAS BALLESTAS



OÁSIS HUACACHINA



VALE SAGRADO



MUCHU PICCHU



HUAYNA PICCHU



ILHAS OROS



LAGO TITICACA



CIVILIZAÇÃO TIAHUANACO



DOWNHILL "ESTRADA DA MORTE"



PETROGLIFOS



FÉRIAS

ROTEIRO DETALHADO



TRÊS LAGOAS – CAMPO GRANDE - CORUMBÁ

Saída de Três Lagoas às 0h, com destino a Campo Grande. Chegada prevista às 5h. Embarque para Corumbá às 7h10min, ônibus deixa na fronteira BR/BOL, chegada prevista 14h55min. Taxi até Porto Quijarro (Bol).

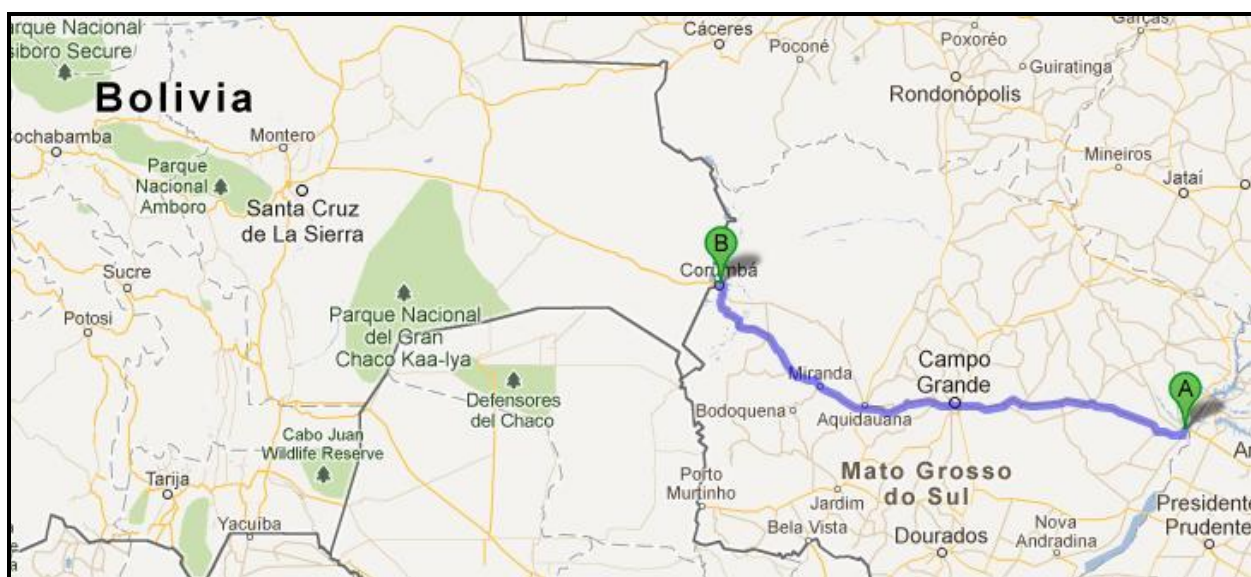
Objetivos:

- ✓ - Comprar passagem pela empresa Andorinha assim que chegar para fronteira Brasil/Bolívia;
- ✓ - O ônibus deixa na fronteira, não descer em Corumbá;

Observações:

- ✓ Passaporte com validade mínima de 06 meses ou RG emitido a menos de 10 anos;
- ✓ Certificado Internacional de Vacinação ou Profilaxia (CIVP) emitido pela ANVISA no Aeroporto Internacional de Campo Grande com a contra-apresentação da carteira nacional de vacinação, com vacina contra febre amarela a pelo menos 10 dias e documento oficial com foto. É necessário o pré-cadastro no site: <http://www.anvisa.gov.br/viajante/>
- ✓ Comprar tranqueiras pra comer na viagem;

Transporte:	R\$ 59,06 (TL – CG)	Viação São Luiz - www.viacaosaoluiz.com.br	U\$ 31,24
Transporte:	R\$ 73,65 (CG – Corumbá)	Andorinha – www.andorinha.com	U\$ 38,96
Alimentação:	R\$ 25,00		U\$ 13,22
Taxi:	R\$ 15,00	Cruzar fronteira até estação	U\$ 7,93
TOTAL:	R\$ 172,71		U\$ 91,38



PUERTO QUIJARRO

http://pt.wikipedia.org/wiki/Puerto_Quijarro

Embarque no Trem da Morte às 18h30min com destino a Santa Cruz de La Sierra.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem assim que chegar. Trem FerroBus – Coche Cama. Previsão de chegada: 8h da manhã.
- ✓ Fazer câmbio de pouco dinheiro, cotação não favorável em Puerto Quijarro.

Observações:

- ✓ Se não levar documentação completa tem que melar a mão dos guardas;
- ✓ É comum as passagens estarem esgotadas, mas não tem desespero, foram compradas por cambistas que as negociam por valores próximos ao preço de guichê.
- ✓ A cidade é violenta e não é aconselhado passar a noite por lá, em último caso compensa voltar e dormir em Corumbá, mas se houver vagas nas pousadas em frente o terminal vale arriscar, mas fique por lá.
- ✓ Assim que ele encostar entre no seu vagão, ocupe o seu acento e o seu bagageiro acima. NUNCA deixe que ninguém coloque sacolas, bolsas na sua parte do bagageiro.
- ✓ Apesar de muito seguro, o tão conhecido “Trem da Morte” este bem modernizado, a policia sempre passa, e os funcionários da empresa Oriente também estão sempre presentes nos vagões, mais nada impede a ação de alguns contrabandistas levando mercadorias de cima para baixo.
- ✓ Não há necessidade de levar muita comida. No caminho o trem faz uma parada por volta das 10 da noite em Roboré. Lá ele fica parado entre 20 min. e 30 min., um bom lugar pra descer, esticar as pernas, comer um espetinho ou “majadito” (prato tradicional da região) tomar uma soda, limonada.
- ✓ Se você optarmos pelo trem Expresso Super Pullman, ele disponibiliza de janta (pago a parte) e um vagão restaurante, bem aconchegante e com um ótimo cardápio.
- ✓ Outra opção é o FerroBus rápido, é como se fosse uma classe executiva, um trem pequeno de dois vagões, com os mesmos serviços do Expresso, porém ele sai as 19:00 e chega em Sta Cruz no inicio da manhã.

“Há 5 anos em 2003, quando estava indo para a Bolívia com um amigo, resolvemos comprar passagens para ir no trem Regional, já conhecia o trem, então fiquei bem desanimado pelo fato de ter que tomar um chá de cadeira, pois sabia o quanto era demorado essa viagem. O trem estava marcado para sair as 13:30 da tarde, não sei o motivo, mais o Regional encostou para que pudéssemos assumir nossos acentos apenas 20:30 da noite, no início pensei: “Essa será a parte mais estressante da viagem”... já que o trem Regional para de cerca em cerca.

Ao amanhecer, perguntei a um senhor onde estávamos mais ou menos, ele respondeu que estávamos umas 2 horas de San José de Chiquitos. Logo pensei: “longe pra c@#\$%”, então peguei minha garrafa de água minha escova de dente e fui até o banheiro escovar os dentes. O banheiro estava ocupado, dane-se, pensei naquele momento, e comecei a lavar o rosto e escovar os dentes ali mesmo, na divisão do vagão, com as portas abertas. Ao lavar o rosto coloquei a cara do lado de fora para secar (eu tinha esquecido toalha), quando abri os olhos, deparei com a paisagem. A partir daquele momento agradecia a Deus por cada minutos de atraso do Trem, pois já tinha passado por aqueles trilhos mais de 10 vezes, e não tinha mínima noção que ali existia uma paisagem tão bonita (o trem, em seu horário normal, passa por ali de madrugada).” ...

Frederico Callau



Estação de trem



Ferrobús

► Porto Quijarro p/ Santa cruz +/- 17h. (Expresso) – 13h. (Ferrobús)

Transporte:	Bol 257 (Ferrobús p/ Sta Cruz)	Ferrovía Oriental - www.ferroviariaoriental.com	U\$ 37,46
Alimentação:	Bol 20		U\$ 2,91
TOTAL:	Bol 277		U\$ 40,37



SANTA CRUZ DE LA SIERRA

http://pt.wikipedia.org/wiki/Santa_cruz_de_la_sierra

Chegada em **Santa Cruz** por volta das 8 da manhã. (cidade com perfil pouco turístico. Não há motivos para longas estadias).

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Sucre –17 h de viagem, 80 Bls.
- ✓ Andar para conhecer a cidade até a hora do bus.

O que tem pra fazer:

- ✓ **Samaipata** - Onde morreu Ernesto Che Guevara. O local de exuberante natureza tem um museu arqueológico e o turismo explora a "Rota de Che".

- ✓ **Parque Arenal** - Reservatório de águas fluviais na cidade tem uma pequena lagoa e ilha. O mural de Lorgio Vaca destaca-se no local.
- ✓ **Zoológico municipal** - Abriga fauna típica da região.
- ✓ **Cabanas do Piraí** - Ficam a oeste da cidade, no final da Avenida Roca Coronado. Lá é possível saborear pratos típicos, próximo ao rio Piraí, local preferido dos cruceños nos calorosos dias de verão (quando a temperatura chega muitas vezes a 40°C).
- ✓ **Lomas de Arena en el Palmar (Encostas de areia no Palmar)** - Produto da erosão sobre sedimentos arenosos, mas sólidas, segundo estudos feitos na região.

Um pouco da cidade:

A cidade foi fundada em 26 de fevereiro de 1561 por Ñuflo de Chaves, que nomeou o novo povoado em homenagem à Santa Cruz de la Sierra, sua cidade natal da Estremadura, Espanha. O estabelecimento original era na realidade a 220 km ao Leste de sua localização atual, apenas a poucos quilômetros ao Sul da atual [San José de Chiquitos](#).

Após conflitos com nativos, a cidade foi mudada para a sua posição atual nas margens do [rio Piraí](#) em 1592. Ainda há resquícios da vila original e podem ser visitados no sítio arqueológico [Santa Cruz la Vieja](#), Sul de San José de Chiquitos. Santa Cruz é ligada por uma ferrovia à Argentina e ao Brasil ([Estrada de Ferro Noroeste do Brasil](#)), e ligada por uma estrada construída na década de 1950, a Trinidad, Cochabamba, e também por recentes rodovias pavimentadas para Camiri (que vai inclusive até a Argentina) e outra para Cochabamba.

Observações:

- ✓ Mapa: http://www.gbtbolivia.com/sp/plano_ciudad.php?dep=scz
- ✓ Comprar água e biscoito para viagem, verificar se o bus tem banheiro.
- ✓ Casa de câmbio: nas ruas René Moreno e Junin. Em frente ao Terminal Bimodal tem uns tiozinhos que fazem cambio também, parece suspeito, mas é tranquilo.
- ✓ O destino final do Trem da Morte é o Terminal Bi-Modal (trens e ônibus) de Santa Cruz; ao chegar, compre as passagens com destino a Sucre para a noite para economizar com hospedagem (pesquise os preços em várias companhias e tente olhar o ônibus). Caso tenha tempo, tome um banho “frio” no Terminal ou atravesse a rua e tome várias Paceañas (cerveja boliviana) “geladas”. (tome a Paceaña Centenário, Tipo Exportação).
- ✓ Os ônibus de Sta Cruz para Sucre saem no final da tarde (16h00min em diante), compre as passagens com antecedência, ou vai pagar mais. 80 bols pela Mopar/200 bols pela Trans Copacabana. Tem muitas outras, não se assuste e não aceite pressão dos sacanas dos vendedores nos guichês.
- ✓ Talvez, você venha de dormir em Sta Cruz, para esperar o dia seguinte. O ônibus chega pela manhã em Sucre.
- ✓ Santa Cruz de La Sierra - Sucre - O último sai por volta das 17h30minh. Mas é o da pior companhia! (Expresso Santa Cruz) Só pegue esse se for o jeito mesmo.
- ✓ Se não quiser carregar a bagagem, pode deixar no guinche da empresa de ônibus, e eles mesmos se encarregam de embarcar para você, mas é bom conferir
- ✓ Caso não tenha almoçado, recomendo pegar um táxi até o mercado Los Pozos, almoçar por lá, acredito que será uma experiência única, ao chegar ao último andar (praça de alimentação), você irá se sentir como uma celebridade no tapete vermelho, as meseras (garçonetes) disputam você uma com as outras, chega a ser engraçado, além da refeição com refrigerante não sair por mais de 07 bols. Esse

prato tem arroz, alface, repolho, beterraba, batata, uma carne (frango, bife, pernil) além da opção do 1º prato que sempre é uma sopa.

Opções de hospedagem:

http://www.boliviahostels.com/Hotels-Santa_Cruz-Hotels.html

HI-Hotel Copacabana, Calle Junin No: 217 Quartos Desde: U\$9.99 Backpackers Santa Cruz

Hoste UNOI, Calle Monseñor Salvatierra #555 Quartos Desde: U\$2.23

Hostel Jodanga (Próximo ao Parque Urbano) – 65 bol



Catedral



Plaza das Armas

► Santa Cruz: +/- Sucre +/- 17h.

Transporte:	Bol 150 (Sucre) + Bol 10 (Taxi)	Flota Bus Bolívar/ Trans Copacabana	U\$ 23,32
Alimentação:	Bol 20		U\$ 2,91
Hospedagem:	Bol 65	Hostel Jodanga - www.jodanga.com	U\$ 9,47
TOTAL:	Bol 245		U\$ 35,70





SUCRE

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Sucre>

Chegada em Sucre pela manhã, andar para conhecer a cidade, sem muitos compromissos, no final da tarde pegamos um ônibus para Potosi.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Potosi – 3 h de viagem, +- 20 Bls.
- ✓ Andar para conhecer a cidade até a hora do busão.
- ✓ Ir a Feira de Tarabuco (é um pouco longe então só se der tempo)

O que tem pra fazer:

- ✓ Feira de Tarabuco (Somente aos Domingo)
- ✓ Centro Histórico
- ✓ Pegadas de Dinossauros
- ✓ Mercado Central de Sucre
- ✓ Catedral Metropolitana
- ✓ Casa de La Libertad

Um pouco da cidade:

Sucre, Bolívia: 280 mil habitantes, 2.750 metros de altitude, 472 anos de história. A exatidão dos números explica muito, mas descreve pouco. A Cidade Branca, como é carinhosamente chamada por seus moradores, constitui, talvez, uma das experiências mais intensas que o turista pode ter na terra de Evo Morales.

A paisagem é única: casarões que, apesar da fachada austera, escondem pátios espaçosos, decorados por fontes e imponentes colunas. Praças onde estátuas de heróis da pátria, em pose de desmedida soberba, dividem a paisagem com mulheres indígenas de saias coloridas e longas tranças. E igrejas cuja estrutura, com seus relógios a apontar o andar vagaroso de mais um novo dia, conseguem transportar o visitante a longínquos séculos passados.

Sucre é assim: coloca as pessoas frente a frente com o tempo. A história, na cidade, é confrontada a cada esquina. E dá a Bolívia, país (merecidamente) considerado exótico por todo o tipo de forasteiro, novas dimensões: a de uma nação que, não obstante aos erros e derrotas, sempre quis trilhar seu próprio caminho.

A cidade é aclamada como um dos berços da liberdade latino-americana: foi o lugar do surgimento, no começo do século 19, de grupos políticos que, aproveitando o caos causado pela deposição, por Napoleão Bonaparte, da monarquia espanhola, começaram a clamar pela emancipação das colônias na América. Eles teriam sido os precursores dos movimentos que lutariam, de forma exitosa, pela independência do continente nos anos seguintes.

Com a Espanha fora de jogo, Sucre seria palco de outro evento crucial para os rumos da região: a assinatura da ata que criou, em agosto de 1825, a nação chamada Bolívia. Alçada à condição de capital do país, e batizada em homenagem ao marechal Antonio José de Sucre (companheiro de Simón Bolívar e um dos principais heróis da campanha de independência), a cidade abrigaria o gabinete presidencial até o fim do século 19 - quando, por razões estratégicas, e sob o peso de uma guerra civil, a sede do poder foi transferida a La Paz.

A trajetória de Sucre sempre deu voltas. Orgulhosa de sua história libertária, a cidade é, também, um dos mais lindos exemplos de urbe colonial na América do Sul. Fundada pelos espanhóis em 1538, a então vila de La Plata (como foi inicialmente batizada) ganhou importância quando, nos anos 1540, descobriu-se uma quantidade absurda de prata em terras vizinhas (o futuro município de Potosí).

Ato contínuo, as autoridades espanholas instalaram na vila a Real Audiencia de Charcas, uma das mais importantes instituições jurídicas do continente. Prestigiados centros de ensino e a presença maciça da igreja viriam a reboque. E Sucre tomaria a forma de joia cuidadosamente lapidada que preserva até hoje.

Embora não detenha mais a honra (ou o ônus, a depender o ponto de vista) de abrigar os poderes executivos e legislativos do país, o município ainda é a capital constitucional da nação e abriga órgãos como a Corte Suprema de Justiça. Também foi eleito, pela Unesco, em 1991, Patrimônio Cultural da Humanidade pela Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (Unesco). Uma caminhada por suas ruas, vielas e parques não será apenas um passeio por uma das mais impressionantes cidades da América do Sul, mas um profundo mergulho na história boliviana.



Arredores

TARABUCO

Tarabuco abriga uma das mais originais comunidades indígenas da Bolívia e é um ótimo lugar para compras: os artesanatos (principalmente tecidos) produzidos no local são belíssimos e atraem gente de todo o país.

Para ir a Tarabuco, que está a cerca de duas horas de Sucre, recomenda-se contratar o serviço de alguma agência. O passeio custa em torno de 40 pesos bolivianos (cerca de R\$ 10) por pessoa.

YOTALA

Localizada a aproximadamente 30 minutos de Sucre, a vila de Yotala é um belo recanto rural com muita verde e construções históricas. Passeio perfeito para quem gosta de entrar em contato com a natureza. O ônibus número 100, que passa na calle Loa, no centro histórico de Sucre, vai até Yotala.



Compras

Mercado Americano - Ótimo lugar para comprar roupas por baixos preços. Entre as calles Mujía e Reyes. (está fora do centro histórico. Vale a pena tomar táxi.

Mercado Campesino - Mercado que vende todo o tipo de comida e roupa de segunda mão. Calle Aguirre (está fora do centro histórico: vale a pena tomar táxi.

Mercado Central - Um dos lugares mais movimentados de Sucre, o Mercado Central e as ruas que o cercam oferecem de tudo: comidas, produtos eletrônicos artesanatos e roupas. Entre as calles Ravelo e Junín, a duas quadras da Plaza 25 de Mayo. Aberto das 7h às 19h30 (de segunda a sábado) e até as 12h (aos domingos).



Igrejas

Basílica de San Francisco - Inaugurada no final do século 16, com lindos exemplos de arte mourisca e altares em estilo barroco. Os arcos que decoram a rua da igreja são uma das mais conhecidas imagens de Sucre. Calle Ravelo, esquina com calle Aniceto Arce, tel. 591 (4) 645-1853.

La Catedral Metropolitana - Construída no século 16, e um dos mais famosos cartões-postais da cidade, a catedral metropolitana abriga a célebre imagem da Virgem

de Guadalupe, pintada em 1601. São tantas as joias que decoram a santa que os nativos afirmam, às vezes sérios, às vezes jocosos, que a dívida externa da Bolívia poderia ser paga com um leilão das peças. A pinacoteca conta com uma vasta coleção de pinturas de mestres dos períodos colonial e republicana também de europeus como Bitti, Fourchautd e Van Dyck. Há também, no local, um interessante museu de objetos religiosos. Plaza 25 de Mayo Centro Histórico.

Convento de San Felipe de Neri - Um dos melhores passeios de Sucre. Fundado em 1795 por frades carmelitas, o convento San Felipe de Neri exhibe um lindo pátio construído em estilo neoclássico e a beleza de seu terraço, acessível a visitantes, dificilmente será superada por outra obra da cidade. De lá se vê boa parte do centro histórico de Sucre e a torre da igreja, que domina a paisagem, dá um toque romântico a um lugar que já seria deslumbrante sem ela. O convento tem também criptas onde repousam importantes personalidades locais. Calle Nicolás Ortiz, 165, tel. 591 (4) 645-4333. Aberto a visitas de segunda a sábado, das 14h às 18h.

Iglesia de la Merced - Igreja do século 16, com um fascinante altar em estilo barroco e pinturas do famoso artista cochabambino Melchor Pérez de Holguín. Calle Pérez, 512, tel. 591 (4) 645-1483

Iglesia de San Miguel - Foi construída no começo do século 17 e seu inteiro exhibe impressionantes exemplos de arte mourisca e esculturas em bronze. Calle Arenales, 100, tel. 591 (4) 645-1026.

Iglesia de Santa Monica - Fundada em 1574, a igreja ostenta arquitetura barroca em sua fachada e um interior repleto de arte sacra. Seu lindo pátio merece, sem dúvida, uma contemplativa visita. Esquina da calle Junín com a calle Arenales Centro Histórico.

Monasterio de Santa Teresa - Além de conhecer a igreja que coroa o mosteiro, a graça de visitar o local está em passar pela viela de Santa Teresa, uma ruazinha estreita de pedra, decorada com ossos de animais, que liga a rua San Alberto com a rua Vicente Camargo, no centro histórico. É a beleza de Sucre em toda a sua essência.

Parroquia de San Lázaro - Foi a primeira catedral de Sucre e ainda é uma das principais igrejas da cidade. Calle Calvo, esquina com a calle Padilla, tel. 591 (4) 645-1448.



Gastronomia

A culinária boliviana não é tão famosa nem tão criativa como a do vizinho Peru, mas as combinações e sabores encontrados nos pratos do país com certeza irão surpreender o viajante. Sucre, por si só, é um grande centro gastronômico: a cozinha chuquisaqueña (em referência ao Estado de Chuquisaca, do qual a cidade é capital) destaca-se por seus ingredientes inusitados e, muitas vezes, insuportavelmente ardidos.

A **casuela de maní** (sopa de amendoim com verduras, pedaços carne de vaca, batata desidratada e grão-de-bico), o **mondongo** (carne de porco com milho cozido), o **picante de lengua** (língua de vaca coberta por molho de tomate picante e servida com batata desidratada) e o **ckocko** (carne de frango cozida em **chicha**, aguardente feita de milho e acompanhada de uvas passas, cebolas e pimenta) são algumas das mais apreciadas receitas locais. Além disso, Sucre é também célebre por seus **chorizos** - linguças fortemente temperadas que caem muito bem com uma cerveja (**Sureña** é a marca produzida na cidade).

Na Bolívia tem-se o costume de ingerir, na hora do almoço, algum tipo de sopa antes do prato principal. A **sopa de quinoa** (cereal andino de propriedades altamente saudáveis) talvez seja uma das opções mais interessantes ao forasteiro. E não se deve esquecer de unanimidades nacionais como as **saltenhas** (empadas de massa levemente adocicada e recheadas com carne e caldos bem temperados), encontradas facilmente na área da Plaza 25 de Mayo.

A sobremesa pode ser à base de algum dos deliciosos chocolates que são produzidos em Sucre, como os das marcas **Para Ti** e **Taboada**. Abaixo, alguns dos restaurantes da cidade:

Ciudad Blanca - Comida chuquisaqueña - Calle Estudiantes, 1 - Centro Histórico
Doña Margarita - Comida chuquisaqueña - Calle René Moreno, 273
Doña Naty – Choricería - Calle Olañeta, 238
El Bisonte – Churrascaria - Calle Maleán, esquina com calle F. Merci
El Gérmén - Cozinha vegetariana - Calle San Alberto, 231
El Paso de los Abuelos – Salteñería - Calle Bustillos, 216 Centro Histórico
El Pátio – Salteñería - Calle San Alberto, 18
Freya - Cozinha vegetariana - Calle Loa, 751 Centro Histórico
Gourmet Mirador - Cozinha variada - Plaza la Recoleta Recoleta
La Estância – Churrascaria - Avenida Jaime Mendoza, 942
La Repizza – Pizzaria - Calle Nicolás Ortiz, 78 Centro Histórico
Las 7 Lunares – Choricería - avenida Manco Cápac, 247
Las Bajos – Choricería - Calle Loa, 759 Centro Histórico
Napolitana – Pizzaria - Plaza 25 de Mayo, 30 Centro Histórico
Quinta del Charquito - Comida chuquisaqueña - Calle Betanzos, 7



Museus e construções históricas

Casa de La Libertad - Considerado um dos mais importantes museus da Bolívia, a Casa de la Libertad foi cenário da assinatura da ata de independência do país, em agosto de 1825. Com a república instaurada, o lugar foi sede do Poder Legislativo (até que este se mudou para La Paz, no final do século 19) e hoje exibe objetos que contam a saga boliviana na busca pela liberdade. Plaza 25 de Mayo, 11, tel. 591 (4) 645-4200. Aberto de terça a sábado, das 9h às 12h30 e das 14h30 às 18h30. Aos domingos, funciona das 9h às 12h. www.casadelalibertad.org.bo. Ingresso US\$ 1,70.

Castillo de la Glorieta - Localizado fora da área central de Sucre, no caminho ao recanto rural de Yotala, o castelo da Glorieta é o principal testemunho da riqueza da família Argandoña Urioste, uma das mais proeminentes da história de Sucre. Misturando arquitetura barroca e gótica, o edifício começou a ser construído em 1893 e hoje é um interessante passeio para quem quer conhecer o perfil mais aristocrático da cidade. Km 5 da estrada a Potosí (ver seção Circulando para saber como chegar ao local). Aberto das 13h às 17h (às segundas-feiras) e das 9h às 17h (de terça a domingo).

Museo de la Recoleta - Instalado em um convento franciscano, no alto de uma das colinas de Sucre, o Museo de la Recoleta exibe belas obras-de-arte religiosas, além de estar em um dos lugares mais bonitos da cidade. Plaza Pedro Anzúrez Recoleta. Aberto de segunda a sexta, das 9h às 11h30 e das 14h30 às 17h30. Aos sábados funciona das 15h às 17h.

Museo de los Niños Tanga Tanga - Ótima opção de passeio para as crianças, o museu aborda temas como ecologia, tecnologia e promove apresentações musicais e de teatro. Plaza Pedro Anzúrez Recoleta, tel. 591 (4) 644-0299. Aberto de terça a domingo, das 9h às 12h e das 14h30 às 18h.

Museo de Santa Clara - Instalado no convento de Santa Clara, o museu abriga obras do pintor boliviano Melchor Pérez de Holguín e outros artistas. Calle Avaroa, 290, tel. 591 (4) 645-2295. Aberto das 9h às 12h e das 15h às 17h (de segunda a sexta) e das 9h30 às 12h aos sábados.

Museo Histórico Militar de la Nación - O museu traça um panorama da conturbada história militar da Bolívia. Calle Ravelo, 1 ? Centro Histórico, tel. 591 (4) 645-6595. Aberto de segunda a sexta, das 9h às 11h30 e das 15h às 17h30.

Museo Nacional de Etnografía y Folklore - Promove exposições sobre as tradições populares bolivianas. Calle España, 74 Centro Histórico, tel. 591 (4) 645-5293. Aberto de segunda a sexta, das 9h30 às 12h30 e das 14h30 às 18h30. Aos sábados funciona das 9h30 às 12h30. www.musef.org.bo

Museo Textil Indígena - Mostra obras feitas pela população indígena das áreas de Jalq'a e Tarabuco, vizinhas a Sucre e famosas por seus criativos e coloridos tecidos. Calle San Alberto, 413, tel. 591 (4) 645-3841. Aberto de segunda a sexta, das 8h às 12h e das 14h30 às 18h. www.bolivianet.com/asur.

Museo Universitario Charcas - Museu eclético, com objetos relacionados aos movimentos republicanos que surgiram em Sucre, obras de arte moderna e até alguns corpos mumificados encontrados na cidade. Calle Bolívar, esquina com calle Dalence, 698 ? Centro Histórico, tel. 591 (4) 645-3285. Aberto de segunda a sexta, das 8h30 às 12h e das 14h30 às 18h. Aos sábados funciona das 9h às 12h e das 15h às 18h.

La Biblioteca Nacional - Construída no mesmo ano da fundação da república, é o primeiro e mais importante centro bibliográfico e de documentos do país. Possui documentos que datam do século XV.



Praças, parques e teatros

Cementerio General - Pode soar mórbido, mas o cemitério geral de Sucre tem status de atração turística. O lugar é decorado por aprazíveis jardins e alguns de seus mausoléus guardam os corpos de importantes personalidades bolivianas, como ex-presidentes e heróis de guerra. É possível fazer um passeio guiado pelo local, no qual, junto com biografias ilustres, se conhece muito da história do país. Plaza M. J. Mujía.

Mirador de la Recoleta - Situado em uma das partes mais altas da cidade, à sombra dos morros Sica Sica e Churuquilla, o mirante da Recoleta oferece uma linda visão de Sucre. Sustentado por belo conjunto de colunas, o lugar está junto à praça onde a cidade foi fundada. Passeio imperdível. Plaza Pedro Anzúrez ? Recoleta (ao final da calle Calvo, que começa na Plaza 25 de Mayo).

Parque Bolívar - Aberto no século 17, e modificado no século 18, o Parque Bolívar é o mais bonito e agradável espaço verde de Sucre. Decorado por réplicas da torre Eiffel e do Arco do Triunfo, o parque ainda exhibe, junto à sua paisagem, o imponente prédio da Corte Suprema de Justiça e a Fonte de Águas Dançantes, que aos fins de semana promove um espetáculo de som e luz para os nativos e visitantes. Está a quatro quadras da Plaza 25 de Mayo.

Parque Cretácico Municipal - Localizado a 5 km do centro de Sucre, o Parque Cretácico Municipal é um passeio diferente para quem está na cidade. O lugar foi erguido ao lado da montanha de cal Cal Orck'o, que reúne impressa em sua superfície, o maior conjunto de pegadas de dinossauros do mundo. São 5.055 pegadas de oito espécies de dinossauros, perfeitamente visíveis a olho nu. O parque congrega também réplicas, em tamanho real, e muito bem feitas, de dinossauros que habitaram a América do Sul. Um ótimo passeio para crianças e, tel. 591 (4) 645-7392. Aberto das 9h às 17h (de segunda a sexta) e das 10h às 17h (aos sábados, domingos e feriados). www.parquecretacosucre.com

Plaza 25 de mayo - É o coração da cidade. Lugar perfeito para o viajante ver todas as caras de Sucre reunidas em um só lugar. Densamente arborizada, e com uma imponente estátua do Marechal Antonio José de Sucre em seu miolo, a Praça 25 de Mayo congrega, em seu entorno, o que a cidade tem de melhor para mostrar.

Plaza de la Libertad - Localizada ao lado Teatro Gran Mariscal de Ayacucho, a Plaza de la Libertad exhibe um imponente obelisco de mais de 30 metros de altura e é uma ótima introdução ao Parque Bolívar, localizado a alguns metros de distância. Está a três quadras da Plaza 25 de Mayo.

Teatro Gran Mariscal de Ayacucho - O teatro Gran Mariscal abrigou as sessões da Assembleia Constituinte que definiu a nova constituição do país (estabelecida em 2009 e com a cara do presidente indígena Evo Morales). Mas sua função principal é outra: exibir alguns dos principais eventos culturais da cidade. A agenda pode ser obtida nos centros de informação turística da cidade. Plaza de La Libertad Centro Histórico.



Vida noturna

Sucre, a exemplo de sua culinária, oferece uma instigante variedade de tragos ao turista. Dona de uma comunidade assumidamente francófila, a cidade abriga um bar (o **Salfari**) que vende uma versão poderosa do Absinto (em Sucre chamado **ajenjo** pronuncia-se 'arrenro'), bebida censurada em muitos países por seu altíssimo teor alcoólico.

Menos sofisticada, mas igualmente incisiva, a **chicha** (bebida alcóolica feita com milho mastigado) também agrada a muitos boêmios locais, assim como o **singani** (aguardente de uva usada na preparação de diversos coquetéis). E não se pode esquecer o **chá feito com a folha da coca**, consumido em qualquer boteco e uma verdadeira instituição da pátria.

A noite de Sucre é animada pela grande comunidade estudantil local e pelos mochileiros que visitam a cidade. Abaixo, alguns dos melhores lugares para curtir a noite chuquisaqueña.

Bar Bibliocafé - Calle Nicolás Ortiz Centro Histórico

Discoteca Honky Tonk Club - Avenida las Américas, 501

Bar e discoteca Joy Ride - Calle Nicolás Ortiz Centro Histórico - www.joyridebol.com

Bar Kultur Café Berlin - Calle Avaroa, 334 Centro Histórico

Bar La Vieja Bodega - Calle Nicolás Ortiz, 38 Centro Histórico

Bar Salfari - Calle Bustillos, 237 Centro Histórico

Observações:

- ✓ Ônibus para Potosi em vários horários o último sai as 18h00min, pela empresa Trans Imperador, pagando 17 bol.
- ✓ Sucre é Patrimônio da UNESCO - vários museus, casarões coloniais e igrejas // Cal Orcko - 5 km de Sucre (passeio pela Dino Tours p/ ver sítio pré-histórico) // Tarabuco - 60 km de Sucre (feira de artesanato aos domingos)
- ✓ O local é indicado para quem gosta de um roteiro bem histórico-cultural. Em Sucre há vários museus, igrejas e praças, alguns, marcos da história do país.
- ✓ Se não der a sorte de estar em Sucre no domingo para ir a Tarabuco, uma boa opção é ver as pegadas de dinossauros.

Opções de hospedagem:

<http://www.boliviahostels.com/Hotels-Sucre-Hotels.html>

Backpackers Sucre Hostel, Calle Loa 891 - Quartos Desde: \$3.90

Amigo Hostel, Colon # 125 - Quartos Desde: \$3.50

Hostelling International Sucre, Calle Guillermo Loayza # 119 - Quartos Desde: \$3.40



Feira de Tarabuco



Pegadas dos dinossauros



Entardecer em Sucre

► Sucre p/ Potosí: +/- 3h.

Transporte:	Bol 17 (Potosi) + Bol 10 (Taxi)	http://www.boliviaentusmanos.com/terminal/horarios.php	U\$ 3,94
Alimentação:	Bol 15		U\$ 2,18
Hospedagem:	-		
Passeios	Bol 30	Tour para ver as pegadas que sai da Plaza 25 de maio*	U\$ 4,37
Compras:	Bol 80	Mantimentos e Água p/ Salar de Uyuni	U\$ 11,66
TOTAL:	Bol 152		U\$ 22,15

* Para ver as pegadas ou Tarabuco.



POTOSÍ

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Potosi>

Chegaremos a Potosi a noite, procurar um albergue e nos hospedar, no outro dia conhecer a cidade e já se preparar para Uyuni, pois sairemos no final da tarde.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Uyuni – 6 h de viagem, +/- 40 Bol.
- ✓ Andar para conhecer a cidade até a hora do ônibus. Sem muito compromisso.
- ✓ Fazer o passeio pelo Cerro Rico

Observações:

- ✓ Mapa: http://www.gbtbolivia.com/sp/plano_ciudad.php?dep=pot

- ✓ Talvez seja uma boa conseguir um albergue pra tomar um banho e deixar as coisas, já que ainda não ficamos hospedados nenhuma vez e talvez vamos chegar de madrugada em Uyuni.
- ✓ Preparar-se, pois no próximo dia vamos embarcar no passeio do Salar. (cuidado com o frio)
- ✓ Comprar algumas porcarias pra levar, pois os lugares são simples.
- ✓ Fique ligado que o terminal de saída para Uyuni não é o mesmo aonde vc chega. Neste vão tentar te vender uma passagem absurdamente cara para Uyuni. Esqueça. Vá para o centro e escolha uma pousada, coma algo e visite a cidade. Depois de se estabelecer, vc vai ao terminal para Uyuni. Ele é específico. Lá vc compra passagens por 35 bols para o dia seguinte.
- ✓ Aqui o mal da altitude começa a pegar, afinal Potosi esta a 4100 m, prepare-se para as dores de cabeça. A solução são as Soroche Pills pílulas para evitar o Soroche (mal da altitude) ou então folhas de coca para vc ficar mascando. Eu prefiro as folhas de coca que além de serem mais baratas são mais eficientes.
- ✓ Potosi - Uyuni - Tem bus às 11h00min e 12h00min e depois 18h00min e 19h00min. Viagem linda. Cuidado na rodoviária.

O que tem pra fazer

- ✓ Laguna de Tarapaya <http://www.viagensmaneiras.com/viagens/INTERNACIONAL/potosi.htm>
- ✓ Minas de Estanho (Cerro Rico) http://pt.wikipedia.org/wiki/Cerro_Rico
- ✓ Centro Histórico (Casa da Moeda, Teatro, etc.)

Opções de hospedagem

<http://www.boliviahostels.com/Hotels-Potosi-Hotels.html>

Backpackers Potosi Hostel, Chuquisaca # 460

Casa de La Libertad – Calle Chuquisaca, 148 –Centro Histórico – próximo da Plaza 11 de Noviembre.

Hotel San Antonio, C. Oruro 136, fone 6223.566. Bol 60 (apart. Triplo). Café a US\$0,60, almoço a US\$1,25 e jantar a US\$0,90. Tem lavanderia, simples e limpo. E o dono é muito gente boa, alucinado.

Um pouco da cidade:

A história inicial da cidade é uma mescla intrincada de fatos fantásticos e verídicos, pelo que é difícil distinguir a história da lenda. Diz-se que as minas de prata foram descobertas casualmente em uma noite de 1545, por um pastor [quíchua](#) chamado Diego Huallpa, que se perdeu quando regressava com seu rebanho de [lhamas](#). Decidiu, então, acampar no pé do Cerro Rico e fez uma grande fogueira para abrigar-se do frio. Quando acordou pela manhã, notou que entre as brasas brilhavam pedaços de prata, fundidos e derretidos pelo calor do fogo.

O local era aparentemente tão rico em prata que ela se encontrava à mostra no terreno. Em 1 de abril de 1545, um grupo de espanhóis liderado pelo capitão Juan de Villarreal tomou posse de Cerro Rico, tentando confirmar os relatos do pastor. Imediatamente estabeleceu-se um povoado.

Potosí é uma cidade histórica tombada como Patrimônio Cultural da Humanidade pela UNESCO; é uma cidade bem parecida com Ouro Preto – MG, tanto pela arquitetura quanto pela importância histórica, política, econômica (Mineração) e cultural, porém plana. Além das ruas, becos, calçadas e prédios históricos. É a cidade mais alta do mundo. Ela já foi uma das cidades mais ricas do mundo, na época colonial.



Laguna de Tarapaya



Potosí

► Potosi p/ Uyuni: +/- 6h.

Transporte:	Bol 40 (Uyuni) + Bol 20 (Taxi)	http://www.boliviaentusmanos.com/terminal/horarios.php	U\$ 8,75
Alimentação:	Bol 25		U\$ 3,64
Hospedagem:	Bol 60	Hotel San Antonio - http://www.bolivia-online.net/en/potosi/135/san-antonio-hotel-potosi-bolivia	-
Passeios	Bol 5 (Tarapaya) + 50 (Minas*) + 20 (Casa da Moeda)	* Através de agências (Maskara Tours), mais caro, porém feito com segurança. É também o que + vale a pena.	U\$ 7,29
TOTAL:	Bol 135		U\$ 19,68



UYUNI

http://pt.wikipedia.org/wiki/Salar_de_Uyuni

Um dos pontos chaves da viagem, aqui vamos pegar uma excursão de 3 dias pelo Salar de Uyuni. A gente chega à cidade de madrugada vai para o albergue, no outro dia acorda cedo, imediatamente vamos fechar o passeio que sai às 10h30min da manhã. Empresa sugerida: ColqueTours

Objetivos:

- ✓ Fechar o passeio pelo Salar de Uyuni e já combinar para último dia ficarmos em São Pedro de Atacama.

O que tem pra fazer:

Na cidade absolutamente nada, serve apenas para fechar o passeio para o Salar

Roteiro do passeio pela empresa **Colque Tours**:

Uyuni: Potosi av. 54, Ph. 2693-3031, Ph./Fax: 2693-2199

San Pedro de At.-Chile: Caracoles corner Calama st., Ph.+5655-851109

E-mail: info@colquetours.com Web site: www.colquetours.com

- ✓ **DÍA 1** - Salida de Uyuni aproximadamente a hrs. 10:30 rumbo a Colchani (22Km. norte de Uyuni) un pueblo pequeño dónde los comunarios realizan la explotación y refinación de la sal. Ingreso al Salar realizando una caminata por los montones de sal y observando la demostración de la extracción de bloques de sal. Visita a las tiendas de artesanías, hotel de sal y la Isla Lomo Pescado donde se aprecia enormes cactus y una vista panorámica espléndida desde el Mirador. Box lunch en la Isla para luego continuar rumbo a Chuvica donde se pasa la noche en un hostel. *(Almuerzo, cena y hospedaje)*
- ✓ **DÍA 2** - Salida a hrs. 08:30 a.m. después del desayuno para visitar las lagunas altiplánicas: Cañapa, Hedionda y Ramadita, continuando por el desierto de Siloli, para ver el árbol de piedra. Visita a Laguna Colorada, donde se aprecian los flamencos rozados y fauna andina de gran importancia como la vicuña, suri o ñandú andino y otros. En este lugar se pasa la noche en un refugio básico. *(desayuno, almuerzo, cena y hospedaje)*
- ✓ **DÍA 3** - Salida muy temprano por la mañana al promediar las 05:30 a.m. para poder apreciar los Geysers (fumarolas volcánicas) y visitar los baños termales. Continuando el recorrido se ven extrañas formaciones rocosas producto de la erosión y se llega a Laguna Verde, que es muy peculiar en esta zona por su cambio de color de sus aguas. Visita a Laguna Blanca, para luego pasar el control de Migración boliviana y Aduana. *(desayuno)*. Transporte por más o menos una hora hasta San Pedro de Atacama (2da. Región de Chile), control de migración, aduana y SAC (Control de Alimentos), llegando a la Agencia alrededor de las 13:30 p.m. FIN DEL SERVICIO.
- ✓ **INCLUYE:** Transporte turístico, chofer-guía (español), alimentación y hospedaje (dos noches) los hospedajes son básicos. La primera noche cada dormitorio es de 6 camas y tiene baño privado pero la segunda noche el baño es común, no hay ducha
- ✓ **NO INCLUYE:** Bebidas, entrada a la Isla Lomo de Pescado Bs.20,00, y la entrada a la Reserva Avaroa Bs.30, 00.
- ✓ **RECOMENDACIONES:** Llevar protector solar, gafas, bolsa de dormir y ropa abrigada para época de invierno.

Observações:

- ✓ Faça o possível para não precisar ficar em Uyuni, pois não tem nada pra fazer, portanto chegou de manhã já fecha o passeio e já parte naquela manhã mesmo.
- ✓ A noite faz uma friaca só, estejamos preparados, Uyuni é uma das cidades mais frias da Bolívia.
- ✓ Temos que chorar ao máximo com a empresa de turismo para conseguir um preço melhor. A galera tem pago em torno de U\$75,00.
- ✓ Não deixe a empresa colocar mais de 6 pessoas no jipe, afinal são 3 dias.
- ✓ Cobre o motorista para passar em todos os lugares que eles prometeram no roteiro.
- ✓ Leve roupa para muito frio porque de noite a temperatura chega a ficar abaixo de zero.
- ✓ As mochilas ficam no bagageiro de teto do carro, amarrado e coberto por lona.

- ✓ Compre água em Uyuni e leve muita. Levem também papel higiênico porque não tem em lugar nenhum.
- ✓ Nem precisa procurar agências para fazer o Salar: elas procuram você! Ande pela cidade e dezenas de agentes de viagens te cercam e quase imploram pra você fazer o Salar com eles.
- ✓ Nos albergues noturnos têm cobertas, mas se você preferir, leve saco de dormir para reforçar (-15C°).
- ✓ Óculos escuros indispensáveis, se não levar, vc vai se sentir como se estivesse visitando o próprio sol.
- ✓ Veja o Manual de Sobrevivência no Salar de Uyuni: <http://www.mochileiros.com/manual-basico-de-sobrevivencia-no-salar-do-uyuni-t44614.html>

Outras empresas que a galera sugeriu:

- Castilla Tours, fica na esquina da praça.
- Cordilheira Tours
- Andrea's Tour

Opções de hospedagem:

<http://www.boliviahostels.com/Hotels-Uyuni-Hotels.html>

Hostel Salvador – Em frente aonde os ônibus chegam (25 bol.).

Hostel Avenida – próximo da praça muito conhecido (30 bol.).

Um pouco do passeio:

Salar de Uyuni:

O Tour pelo Salar geralmente é de 3 dias / 2 noites (há de 4 dias / 3 noites), e passa por diversos lugares: Cemitérios de Trens, Árbol de Piedra, Lagunas (Colorada, Verde, Blanca, Honda, Águas Termais, Hedionda, etc.), Vulcões, Geisers, desertos e etc. Esse Tour que inclui transporte (Jeep 4X4) com guia, cozinheira, alimentação e hospedagem pode ser contratado nas diversas agências existentes na cidade de Uyuni.

.Está localizado no Departamento de Potosí e no Departamento de Oruro, no sudoeste da Bolívia, no altiplano andino, a 3.650m de altitude.

A Bolívia ainda tenta resolver suas diferenças internas. Seus habitantes têm entalado na garganta até hoje a perda de sua saída para o mar; a água e a energia elétrica são produtos controlados em certas regiões; e a comida nem sempre agrada os estômagos mais sensíveis.

Mesmo assim, uma imensa área de 12.000 km², a mais de 3.600 metros de altura, fascina viajantes de todo o mundo com uma das imagens mais impressionantes do nosso continente: o Salar do Uyuni, o único ponto natural brilhante que pode ser visto do espaço e a maior planície salgada do mundo.

Mas aqui na Terra, o visitante que coloca seus pés sobre esse paraíso branco de puro sal sob um céu extremamente azulado é capaz de jurar amor eterno à Bolívia e esquecer todos os problemas.

Diferente do que se imagina a região não foi um oceano, mas o que sobrou das águas do Minchin, um gigantesco lago pré-histórico que teve suas águas salgadas evaporadas há milhares de anos. A força da natureza por ali é tão grande que o Salar tem crescido com as chuvas que vêm expandindo as suas margens, em um constante processo de evaporação que mantém vivo esse cenário branco.

Cresce o Salar, cresce o número de visitantes sobre suas placas brancas que vão de dois centímetros a cinco metros de profundidade de puro sal. San Juan, uma província

próxima à atração, viu seus registros pularem de dois ínfimos visitantes em 1975 para 60 mil no último ano por conta do fôlego que essa formação deu para a região.

A população local logo se deu conta do interesse mundial pelo Salar e viu ali uma oportunidade de diversificar seus poucos ganhos provenientes da pecuária e agricultura. Povoados como Colchani, com 1.400 habitantes, tem 70% da sua população vivendo da extração e comercialização de sal. Parece até miragem.

O Salar do Uyuni parece mesmo ilusão de ótica para os que chegam pela primeira vez. Os visitantes que desembarcam na Ilha Incahuasi, uma das paradas já em território branco, não se cansam de ensaiar fotos com efeitos óticos de diferentes perspectivas. E a brincadeira vai ganhando outros tons de acordo com a época do ano.

Estima-se que o Salar de Uyuni contenha 10 bilhões de toneladas de sal, das quais menos de 25.000 são extraídas anualmente. Além da extração de sal, o salar também é um importante destino turístico. Seus principais pontos de visita são o hotel de sal e a [Ilha do Pescado](#), com suas formações de recife e os cactos de até 10 metros de altura.

No início de novembro, quando começa o verão, é lar de três espécies sul-americanas de [flamingos](#): o chileno, o andino e o flamingo de James. Os flamingos aparecem no verão pois é quando se inicia o período de chuvas e também quando acontece o descongelamento das geleiras nos [Andes](#) que deixa o salar coberto de água, tornando-o um imenso lago com profundidade média de 30 cm. Nesse período, ele parece um enorme espelho que se confunde no horizonte com o céu. Assim os passeios ficam restritos a algumas áreas. Já o inverno garante uma área seca sem riscos de alagamentos, embora o frio à noite seja implacável com seus 20 graus negativos.



Extração de sal



Ilha Del Pescado



Salar de Uyuni (Espejo del Cielo= Dez/Jan/Fev)



Laguna Verde e Vulcão Licancabur

► Uyuni p/ Salar: +/- 4h.

Alimentação:	Bol 25		U\$ 3,64
Hospedagem:	Bol 30	Hotel Avenida - http://www.boliviahostels.com/Hotel_Avenida-Uyuni_761-en.html	U\$ 4,37
Passeios	Bol 600 (Salar) + Bol 15 + 30 (Isla Del Pescado + Reserva)	www.colquetours.com	U\$ 94,02
TOTAL:	Bol 700		U\$ 102,03



SAN PEDRO DE ATACAMA

http://pt.wikipedia.org/wiki/San_Pedro_de_Atacama
<http://www.sanpedroatacama.com/>

No final do 3º dia de passeio pelo Salar ficaremos em São Pedro do Atacama. Dois dias depois à noite vamos para Arica. San Pedro de Atacama é uma cidade pacata, estilo faroeste (ruas de terra), mas possui boa estrutura para o turismo, também tem muitas opções para quem gosta de esporte de aventura, como Mountain Bike e Sandbord nas dunas do Atacama

Um pouco da cidade:

O norte do Chile é realmente um **lugar de extremos**. É a região mais árida do planeta, possui o deserto de maior altitude localizado a 2.440 metros, as águas das chuvas não passam de 35 milímetros por ano, e seu solo impermeável lhe garante um aspecto comparado ao de Marte.

Esse é o Atacama, uma extensa área **desértica** entre as águas frias do Pacífico e as monumentais cordilheiras dos Andes, onde o viajante que busca experiências singulares encontra refúgio sem ter que abrir mão de serviços básicos para a sobrevivência no deserto.

Esse esconderijo se chama São Pedro de Atacama, **capital arqueológico do país e pequeno povoado** que serve como base para a exploração da região. Esta cidade, que ainda guarda costumes dos povos pré-incaicos que deixaram marcas profundas em seu território, era há 15 anos apenas uma localidade escondida do norte do país que mal recebia visitantes estrangeiros. Hoje, a marca "Atacama" é um produto chileno consolidado no mercado turístico internacional ao lado de Torres Del Paine e Ilha de Páscoa.

Mesmo com tanta fama, a cidade ainda preserva seu ritmo particular que permite ao visitante um passeio, a passos lentos, por suas ruas estreitas de terra e casas de adobe com telhados de palha. O **clima pacato** só é quebrado por alguma festa típica do

povoado, como o desfile de Santa Rosa em agosto, ou pelas músicas folclóricas tocadas nas *peñas* da Caracoles, a principal via de circulação. Turistas de todo o mundo são disputados pelos restaurantes, bares e lojas dessa rua exclusiva de pedestres.

Aliás, o Atacama, que na língua cunza significa "**cabeceira do país**", é marcado historicamente por disputas e dominações anteriores à chegada dos espanhóis. No ano 400 d.C., a sociedade tiwanaku, proveniente do território onde hoje se encontra a Bolívia, impõe-se hierarquicamente sobre o povo atacamenho. O período seguinte (entre os anos 900 e 1450) foi marcado pelo rompimento com aquela civilização e, conseqüentemente, pelos novos conflitos sociais internos. Foi nesse contexto que o Estado inca expandiu-se e dominou a região do Atacama até que fosse dizimado com a chegada dos europeus, em 1535.

Depois de um parêntese histórico de tantos anos, e com o corpo devidamente aclimatado às altitudes, é hora de explorar o Atacama. Há três formas de se conhecer a região: a tradicional, em que as agências oferecem o mais básico do Atacama como os Vales da Lua e da Morte, além dos gêiseres de El Tatio; o **roteiro** alternativo, em que as margens do deserto ganham novas dimensões em rotas pouco divulgadas com visitas a petroglifos, povoados de um só habitante e cânions em vales multicoloridos; e a terceira opção, que alia, na medida certa, um pouco de cada um dos dois roteiros anteriores.

Seja qual for a escolha, uma imagem será inevitável durante os dias em que estiver sobre solos atacamenhos: o **Licancabur**, o imponente vulcão cônico de 5.916 metros de altura que separa o Chile e a Bolívia. Quanto mais longe se vai, mais se vê esse vulcão onipresente entre os recortes das rochas gigantes que cercam a região.

A imponente montanha é local sagrado desde épocas anteriores à chegada dos colonizadores, quando ali se realizavam sacrifícios com animais. A prática foi proibida pelos espanhóis, mas o vulcão continua atraindo **aventureiros** até a lagoa que se localiza no seu cume, além de devotos que uma vez ao ano levam oferendas à Pacha Mama pelo que se conquistou naquele período.

É certo que a **escalada** de oito horas se dá pela Bolívia devido ao terreno ainda minado da época em que o Chile e a Argentina disputavam terras, mas para o Licancabur não existe fronteiras nem guerras. Por isso, ele segue soberano guardando a região. E ainda dizem que o oásis é pura ilusão. Não no deserto do Atacama.

O clima no Atacama, como em qualquer outra região desértica, é marcado por uma considerável **mudança térmica**: altas temperaturas durante o dia com quedas bruscas à noite. Chuva? Nem se dê ao trabalho de colocar capa na bagagem. A máxima anual de chuva na cidade foi de 50 mm. As raras gotas de água que caem sobre a região são mais comuns durante o 'inverno altiplânico', entre os meses de janeiro e março. Durante o inverno, as temperaturas variam de 22°C, durante o dia, a 4°C, pela noite. Em algumas regiões do Atacama, como o Tatio, as temperaturas pela manhã podem chegar a 18°C negativos. No verão os termômetros costumam marcar até 27°C, durante o dia, e 16°C, pela noite. A época da primavera é conhecida pelos fortes ventos, que chegam a quase 100 km por hora.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Arica – 9 h de viagem, +- P\$ 18.000.
- ✓ Fazer o maior número possível de passeios (veja anexo sobre atrações).
- ✓ Alugar uma bike e sandboarding para descer as dunas
- ✓ Ver um por do sol do deserto do Atacama
- ✓ Observar as estrelas de madrugada

Observações:

- ✓ Já estamos no Chile, aqui as coisas são um pouco mais caras.
- ✓ Tentar fechar os passeios com a Colque, pois podemos pedir desconto já que fizemos o Salar com eles também.
- ✓ Alimentação - Para comprar alimentos para o café da manhã, cozinhar, água e refrigerantes, fuja do centro da cidade. Caminhe pela rua principal - Caracoles - até o fim. Você vai encontrar uma vendinha (mercadinho, boteco, quitanda, armazém) onde tudo é mais barato.
- ✓ Muito cuidado ao caminhar entre os poços de gêiseres (pode haver sérias lesões aos descuidados) e respeite as sinalizações no local que não foram colocadas aleatoriamente.
- ✓ Recomenda-se sair de madrugada aproximadamente às 3h. É necessário levar roupas quentes, já que a temperatura pode cair abaixo de zero.
- ✓ A viagem até Arica é longa, mas bem confortável o horário do ônibus é 20:30 e o valor da passagem é 15.000 pesos chilenos.
- ✓ Deserto do Atacama - Guia de Informações: <http://www.mochileiros.com/deserto-do-atacama-guia-de-informacoes-t36585.html>

O que tem pra fazer

- ✓ Deserto de Atacama
- ✓ Mercado de Artesanato
- ✓ Diversas excursões pelo Atacama
- ✓ Museu arqueológico Padre Le Paige rico em cerâmica atacamenha, múmias, tecidos e objetos religiosos entre outros.
- ✓ Igreja de San Pedro do início do século XVI, uma bonita construção legada pelos antigos colonizadores espanhóis.
- ✓ Centro artesanal de San Pedro do Atacama.
- ✓ Space Celestial: O passeio se compra nos hostels, eles fretam um ônibus e a gente vai até o meio do deserto, bem no meio do nada, na casa de um francês doidão. O cara é uma enciclopédia ambulante e muitooooo engraçado. (Dica de mochileiro) <http://www.sanpedroatacama.com/astronomia.htm> / <http://www.spaceobs.com/>

Principais Atrações:

As principais atrações da região do Atacama estão mesmo fora de São Pedro, o que garante uma certa tranquilidade para caminhadas pela Caracoles, uma rua de pedestres em pleno centro onde se concentram todos os restaurantes, mercadinhos e lojas do povoado. O deserto é composto de diferentes paisagens, que são também os principais atrativos turísticos do local, o Valle de La Luna, o Valle de La Muerte, os Geysers del Tatio, Grande Salar de Atacama, as Termas de Puritama, as Ruínas de Tulo, os vulcões Licancabur e Lascar, entre outros. Outro atrativo do Deserto são as enigmáticas figuras marcadas no solo, algumas delas chegam a ter cerca de 200m de altura, que só podem ser identificadas através de vista aérea. Sendo desconhecida a origem dessas figuras, que são estudadas por cientistas e arqueólogos de todo o mundo.

Em qualquer época do ano é recomendável levar roupas leves para os passeios diurnos, além de um abrigo para as noites mais frias. Protetor solar é produto indispensável para proteger-se da forte radiação solar do deserto. Os passeios a lugares mais altos, como El Tatio, exigem uma dose extra de roupas como jaqueta corta-vento, gorros, cachecol e luvas. As temperaturas por ali são sempre negativas nas primeiras horas do dia.



Deserto do Atacama

Vulcão Licancabur

Um gigantesco vulcão praticamente extinto, pois não há registros de sua última erupção. Possui 5.930 metros de altura e fica na fronteira com a Bolívia, por onde deve começar a escalada para os mochileiros desbravadores.

A subida no vulcão pode ser feita em um dia e só, mas na companhia de um guia. É um desafio pela altitude e aridez do ar, além do frio, apesar de quase sempre a subida ser feita sob céu aberto e sol a pino. A coca é uma boa aliada para alcançar sucesso na ascensão ao cume. A subida completa dura entre 6h e 10h, dependendo do ritmo, e a descida, normalmente, a metade do tempo de subida. É essencial aclimação de pelo

menos um dia em San Pedro de Atacama e adjacências. Na cratera do vulcão, há um belo lago. O vulcão é visível em praticamente todos os passeios pelo deserto.



Valle de La Luna e Valle de La Muerte

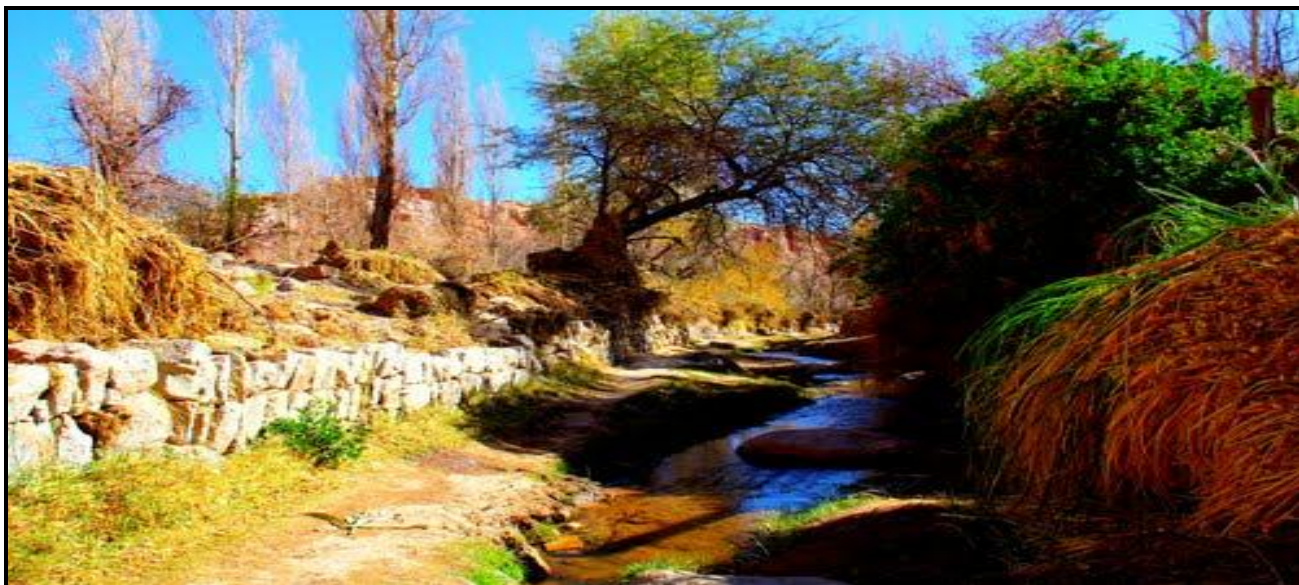
Próximo à cidade de San Pedro, na Cordillera de La Sal, está o Valle de La Muerte, um vale com cerca de 2 km de extensão. É a atração mais próxima de San Pedro, porém só se chega aqui de tour, carro ou bicicleta. Por conta própria se aproveita melhor o vale. No local pode-se ainda praticar sand-board nas dunas. O Valle de La Muerte não está dentro da Reserva Nacional Los Flamencos, mas normalmente é feito junto com o Valle de La Luna, que fica um pouco mais distante, cerca de 14 km de San Pedro. O vale localiza-se ainda na Cordillera de La Sal e possui inúmeras formações rochosas erodidas pelo vento e terra vermelha que em muitas partes é coberta de sal, assemelhando-se à paisagem lunar. É comum os tours organizados pela agência disputarem o

melhor local para ver o pôr-do-sol do alto de uma das dunas. De carro, uma opção é visualizar o nascer do sol no local. De bicicleta, deve-se vir preparado com lanternas para se precaver de qualquer retorno pela estrada no meio do deserto à noite, assim como muita água e protetor solar.



Quebrada de Jerez

A Quebrada de Jerez é literalmente um oásis no meio do deserto. É um cânion com 25 metros de profundidade no meio do deserto onde corre um rio que cria algumas pequenas cachoeiras e abastece San Pedro e, em torno do mesmo, brota vida em uma bela vegetação que preenche totalmente a visão, contando com árvores de diversos tamanhos e espécies, muitas frutíferas, que foi primeiramente cultivado pelos atacamenhos. A quebrada é um setor do Valle de Jerez e é acessível de ônibus, carro ou por excursão, normalmente incluído no tour das Lagunas Altiplánicas. Pertence aos limites da cidade do Toconao. Há algumas agências que promovem pequenas escaladas no local.



Lagoas

Reserva Nacional Los Flamencos

A Reserva Nacional Los Flamencos constitui-se de sete setores dentro do Salar de Atacama e em seu entorno. As principais atrações da reserva são: Salar de Tara e Aguas Calientes; Salar de Pujs; Lagunas Miscanti e Miñiques; Laguna Chaxa; Agua de Quellana; Valle de La Luna; e Bosque de Tambillo.

Salar de Atacama

O Salar de Atacama possui cerca de 3 mil km², fica a 4.500 metros de altura e é a maior salina do Chile. É formada pelas águas do degelo da Cordilheira dos Andes que chegam à bacia, ficam sem saída, e evaporam, deixando sais da cordilheira na terra. A paisagem é bem diferente do Salar de Uyuni, pois no Atacama são cristais de sal de diversos tamanhos, efeito causado também pela enorme variação de temperatura - de 0°C à noite a 40°C no meio do dia, onde a umidade relativa chega a quase 5%.



Laguna Chaxa e Tebenquiche

Normalmente os tours que vão até as lagunas Miñiques e Miscanti incluem a Laguna Chaxa no seu roteiro. A Laguna Chaxa é uma lagoa salgada localizada no Salar de Atacama, por isso é tida como a principal porta de entrada da salina. Aqui na Chaxa que se podem avistar centenas de flamingos, de todas as espécies andinas.



Salar de Tara

Salina próxima às fronteiras do Chile com Argentina e Bolívia, perto do Paso de Jama. Situa-se a cerca de 4.300 metros de altura e possui uma paisagem fenomenal, com direito a lago, flamingos, vicunhas e lhamas. O passeio com agência inclui ainda uma passagem pela salina de Aguas Calientes.



Lagunas Miñiques e Miscanti

As lagoas Miñiques e Miscanti estão localizadas a cerca de 4.200 metros de altitude. Aqui podem ser vistos flamingos, vicunhas, patos e raposas com muita facilidade. A paisagem é deslumbrante, com vulcões nevados, em sua maior parte extintos, ao redor das lagoas que variam de cor conforme a estação do ano e hora do dia que contrasta com a vegetação amarelada. A água destas lagoas é proveniente das chuvas de verão que foram separadas por uma erupção do Vulcão Miñiques.



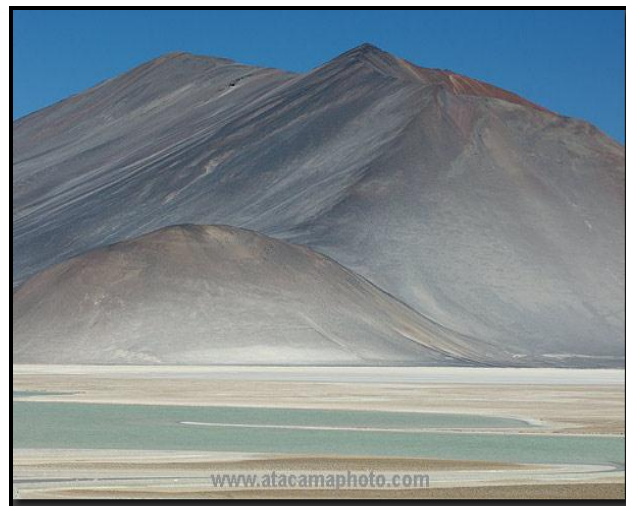
Cejar

A 24 km do centro de São Pedro encontra-se essa lagoa salgada que acumula as águas mornas provenientes dos vulcões da região próxima ao Salar do Atacama. A alta concentração de sal dessa piscina natural impede que os visitantes afundem, mas por precaução recomenda-se que a permanência em suas águas não seja demorada para evitar alergias. Leve chinelo para caminhar sobre o solo para evitar acidentes nas placas afiadas de sal.



Salar de Talar

Um imenso lago raso e azulado que se estende ao longe até se tornar completamente sal, cercado pelo Cerro Medano, pelo vulcão Caichinque e por uma vegetação de tom amarelado, conjunto que faz do local uma paisagem maravilhosa. Está a 3.950 metros de altura e possui 46 km² com muitas lagoas que surgem no meio do sal, contrastando em cores degradês com as montanhas e vulcões ao fundo, dando a sensação de se estar observando uma tela pintada por um grande mestre da pintura. A passagem pelo salar algumas vezes está incluída no tour das Lagunas Altiplánicas.



Gêiseres de El Tatio

El Tatio fica a 4.300 metros de altitude. Seus famosos gêiseres só são visíveis em sua magnitude durante o amanhecer e algumas horas depois, por isso os passeios para o local saem no meio da madrugada de San Pedro de Atacama, para chegar aqui por volta de 6h.

El Tatio é terrivelmente frio antes de o sol aparecer, sempre com temperatura negativa e sensação térmica pior ainda. Não deixe de se agasalhar para visitar os gêiseres e não visite logo no primeiro dia sem antes se aclimatar às temperaturas.

É duro acordar cedo (ou nem dormir!) e enfrentar o frio, mas é recompensador tomar um delicioso café da manhã esquentado nos gêiseres enquanto espera o dia amanhecer para criar uma das visões mais lindas do Chile. Algumas horas depois, já com a paisagem sem tanta fumaça dos gêiseres, a temperatura começa a subir encorajando alguns



aventureiros a experimentar uma piscina termal no campo de gêiseres com temperatura da água variando entre 32°C e 36°C. Os gêiseres de El Tatio são o campo de gêiseres mais alto do mundo. Próximo a El Tatio estão ainda os Baños de Puritama, às vezes incluídos nos passeios das agências ao local.

Termas de Puritama

O rio Puritama alimenta com águas quentes esses poços termais a 30 quilômetros ao norte de São Pedro. Com temperaturas que chegam a 30°C, essas águas se encontram em um poço de oito metros de diâmetro em um cânion montanhoso. Essa excursão é procurada, geralmente, para os que procuram relaxar em suas águas de propriedades curativas para doenças reumáticas. A manutenção do local é realizada entre um hotel de luxo de São Pedro e o Consejo de Pueblos Atacameños, mas a entrada está aberta ao público em geral.



Arqueologia

Aldea de Tulor

A Aldea de Tulor não é um setor específico da reserva, mas é uma área com habitações com mais de 3.000 anos de antigos povos atacamenhos dentro da reserva e muito próxima ao Valle de La Luna. Foi descoberta pelo padre Gustavo Le Paige quando o vilarejo inteiro ainda era coberto por areia e terra.

Após um projeto que ainda está em andamento de escavação e preservação da aldea de Tulor, é possível visitar e conhecer pouco mais de 5% de suas construções. A área visitada é chamada de setor 1 da aldea, mas existem outros 9. O local é tido como um dos sítios arqueológicos do mundo mais ameaçados de sumir do mapa. Pode-se passar por aqui de bicicleta, carro ou em tour.



Pukara de Quitor

Antiga fortaleza (pukara = fortaleza) de pedra, pré-incaica, construída por volta do século XII. Depois, foi utilizada por incas no combate a colonizadores espanhóis que conquistaram a fortaleza e aqui decepavam os líderes incas, exibindo suas cabeças para a população. Assim, ficou conhecida também como Pueblo de Las Cabezas.

Suas ruínas foram reformadas por duas vezes, mas não estão tão bem preservadas. Fica na Cordillera de La Sal e muito próxima à cidade de San Pedro, podendo inclusive ser alcançada a pé com uma pequena caminhada de 2 km.



representações de caravanas de lhamas, figuras xamânicas e animais.

Yerbas Buenas

O principal atrativo dessa região nordeste de São Pedro são os impressionantes petroglifos encontrados em rochas vulcânicas do período da formação das cordilheiras. Os desenhos, em altos e baixos relevos, são inscrições rupestres da época em que caravanas cruzavam a região e descrevem a vida cotidiana e os rituais religiosos de atacamenhos e incas que passaram pela região. É possível ver





Povoados atacamenhos

Toconao

Pequena vila a 2.485 metros de altura com algumas lojas de artesanato local, muitas feitas em pedra calisa – uma rocha vulcânica em abundância no local. Destaque para a torre com o sino da Igreja no centro da praça principal, o único sino em todos o território chileno que não fica em uma torre na própria igreja, fato que a torna especial e patrimônio histórico chileno. Detalhe para a porta da torre construída de cacto. Outro fato curioso da cidade são suas construções, onde quase todas são de formato quadrangular. O nome da cidade provém da palavra indígena "toco", que significa pedra. Nos arredores da mesma, podem ser vistos lhamas, guanacos e vicunhas. A cidade é acessível de ônibus, carro ou por excursão, normalmente incluída no tour das Lagunas Miñiques e Miscanti.



Río Grande - Essa povoado de 90 habitantes, localizado a 72 km de São Pedro, parece ter parado no tempo. Suas ruas estreitas ainda conservam a arquitetura da época do Estado *Tiwanaku* (proveniente da atual Bolívia) e os moradores vivem da agricultura baseada nas técnicas de irrigação utilizadas por seus ancestrais. Acredita-se que as cruzes sobre os telhados das casas de Río Grande, são uma proteção contra o diabo que, supostamente, seria atraído pela cor enxofre das palhas utilizadas para forrar os telhados.



Machuca

Esse povoado há mais de 4.000 metros de altura e o maior charme desse lugar é o fato de viverem ali apenas 6 habitantes, o que lhe garante um ar de cidade perdida no deserto. As poucas famílias que viviam em Machuca foram deixando o local para garantirem uma vida melhor em cidades maiores do Chile. Os que decidiram ficar sobrevivem da pecuária e de turistas que passam por ali em busca da famosa empanada de queijo de cabra.



Catarpe - Se você achou que os destinos anteriores são minúsculas mostras dos povoados atacamenhos, é porque ainda não conhece essa cidade de... um habitante. Localizado a 9 km ao norte do centro de São Pedro, no Vale de Catarpe, o povoado é considerado Monumento Arqueológico da região devido às muralhas incas encontradas por ali. O *tambo inca*, como são chamadas essas construções, serviam de refúgio e descanso para os incas que estiveram na região.



Gastronomia

Onde comer:

Campo de futebol - Próximo de onde chegam os ônibus a San Pedro tem um campo de futebol, e em volta desse campo tem vários pequenos restaurantes. Para ir até lá você tem que atravessar uma galeria de artesanatos que fica na Plaza de San Pedro. Chegando lá tem várias opções pra você escolher. Frango com arroz, batata frita, salada e coca cola por \$1.900. O problema é que aparece um monte de vira-lata querendo dividir.

Pollo asado - Fica na Calle Toconao, pertinho da Plaza de San Pedro. É um lugar bem pequeno e fica lotado, então se for nos horários mais concorridos não vai conseguir comer, mas isso não é problema porque você pode reservar o seu frango assado para cerca de 1 hora depois. O lugar só vende frango assado e batata frita. Para não cair na mesmice, um dia coma frango com batata, no outro só frango, e no outro só batata! 1/4 de frango + batatas = \$1.750. As batatas você escolhe o tamanho pelo preço, a bandeja de \$900 alimenta uma pessoa que coma bem.

Blanco Restaurant – Excelente restaurante tradicional de San Pedro, no estilo “de autor”, que não deixa nada a desejar, só o preço. Tem uma decoração grega, meio lounge, e é tido como um dos melhores da cidade. <http://www.blancorestaurant.cl>

Café Adobe – Ótimo restaurante para jantar bem e pagar um pouco mais, acompanhado de uma ótima música e um ambiente super agradável. Possui pratos vegetarianos. <http://www.cafeadobe.cl>

Café Export – Restaurante simples, mas sofisticado, com ótimas opções de massas e pizzas, e muito bem servidas. Um local agradável também para um bom café.

Casa de Piedra – Restaurante com bom ambiente, bom atendimento e boa comida chilena e internacional, principalmente carnes. Bom preço.

Chelacabur – Bar bem animado e frequentado para tomar umas cervejas à noite, depois de um bom dia de passeios pelo deserto.

Grado 6 – Talvez o melhor lugar para curtir a noite atacamenha. Boa música, drinks e comida – petiscos, massas, pizza, sanduíches e comida japonesa.

Inti Sole – Ótima opção para alimentação saudável no deserto, com um cardápio acessível e recheado de saladas.

La Casona – Vale a pena conhecer o restaurante, mas não é dos mais baratos. Especializado em comida chilena e é uma opção, também, para comer uns petiscos e beber uma cerveja.

La Estaka – Antigo e excelente restaurante com um preço um pouco mais caro que a maioria no horário de jantar, mas com um menu del dia interessante durante o dia. Possui boas opções de carnes, crepes e pratos vegetarianos. Funciona também como opção noturna pra dançar na cidade. <http://www.laestaka.cl>

La Soleña – PF's bem servidos e deliciosos, a um bom custo benefício.

Las Delicias de Carmen – Local para comer doces e empanadas deliciosas, além de pizzas.

Les Bistro Copain Pizzeria – Restaurante para gastar um pouco mais no jantar comendo pizza ou excelentes sanduíches.

Milagro – Restaurante aconchegante e romântico, com bom atendimento, para comer massa e pizza. <http://www.milagro.cl>

Restaurante El Paso – Este é um achado interessante, porque é gostoso e barato. O dono é um estrangeiro. Os pratos são bem servidos e tem uma das melhores massas da cidade. Macarronada a bolonhesa por \$2.000

Torres del Paine - Restaurante com preço um pouco acima da média, mas com um menu del día muito bom! Excelente custo benefício e destaque para a carne de porco.

Opções de hospedagem:

ALBERGUES

<http://www.sanpedroatacama.com/hostales.htm>

Albergues mais recomendados:

Residencial Casa Corvatsch - <http://www.corvatschchile.cl>

Lickana

El Monte - Todos os brasileiros vão pra lá é bem bacana, mas um pouco afastado – 8000 pesos.

Hi San Pedro de Atacama - <http://www.hihostels.com/dba/hostels-San-Pedro-de-Atacama-012016.en.htm>

Sonchek - C. Calama, fone 851.112; U\$9,5 tem restaurante anexo, recomendado.

Hostel Alana – Calle Licancabur – bem simples só tem 3 dormitórios mais um ambiente bem familiar, tem um restaurante anexo que serve café da manhã, almoço e jantar. 5000 pesos.

Hostel Florida - Tel: 851021 End: Tocopilla 406 – Bacana, boa localização, e tem tudo o que vc precisa – 6000 pesos (dizem ser o mais barato – banho frio).

La Casa de Mireya

Katarpe

La Ruca

La Casa del Sol Nacente

Nuevo Amanecer

Residencial Solcor

Residencial Vilacoyo

Casa Adobe

Inti Para

Albergues não recomendados pelos mochileiros no fórum:

- **Candelaria**

- **Kabur**

- **Cumbres**

- **Mama Tierra**

- **Don Sebastián**

- **Miskanty**

- **Elim**

- **Monyplan**

- **Excalibur**

- **Puritama Hostel & Camping**

- **Hara**

- **Residencial Casa Corbath**

- **Inti & Killa** - <http://www.intikilla.cl>

- **Sumaj Jallpa**

HOTÉIS

<http://www.sanpedroatacama.com/hoteles.htm>

Don Raúl - <http://www.donraul.cl>

Hotel Licancabur

Takha Takha - <http://www.takhatakha.cl>

Hotéis não recomendados pelos mochileiros no fórum:

Hotel Corvatsch - <http://www.corvatschchile.cl>

Hotel Pachamama

► San Pedro p/ Arica: +/- 9hs de viagem

Transporte:	P\$ 18.000 (Arica)	https://www.turbus.cl/wtbus/indexCompra.jsf	U\$ 16,88
Alimentação:	P\$ 11.000	Calculo de 6 refeições de +/- P\$ 1.800	U\$ 12,54
Hospedagem:	P\$ 14.000	Hostel Alana – 2 diárias	U\$ 28,68
Passeios	P\$ 80.000	Lagunas Altiplanicas e Salar do Atacama; Vale de la Luna e Vale de la Muerte; Lagunas Cejas; Geisers del Tatio.	U\$ 163,90
Compras:	P\$ 5.000	Compras na vendinha	U\$ 10,24
TOTAL:	P\$ 128.000		U\$ 262,24



ARICA

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Arica_\(prov%C3%ADncia\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Arica_(prov%C3%ADncia))

Arica é a cidade mais ao norte do Chile, ficando a menos de 20km da fronteira com o Peru, tanto que já foi território peruano. Chegaremos de manhã e o objetivo é ficar até de tarde, é só de passagem, mas vamos aproveitar e molhar o pezinho no Pacífico. Arica fica a margem do Oceano Pacífico e revela paisagens impressionantes, além de ser uma cidade boa para fazer compras.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Tacna (taxi) – 1 h de viagem, +/- P\$ 2.500.
- ✓ Andar pela cidade, ir à praia, subir o mirante e depois pegar o taxi para Tacna.

Observações:

- ✓ Fronteira: apenas solicitam os documentos e revistam minuciosamente a procura de drogas, usar tudo em San Pedro e comprar mais em Tacna. Entre as cidades Tacna (Peru) e Arica (Chile) é considerado área de livre comercio e não há necessidade de vistos de entrada ou procedimentos de alfândega.
- ✓ Alimentação em Arica: a Paetonal e as ruas a sua volta concentram bons estabelecimentos, dos mais baratos aos mais sofisticados – só escolher!

“Há apenas duas opções para cruzar a fronteira. A melhor de todas é ir de TAXI, que pode ser encontrado no próprio terminal, ou melhor, os caras te acham e praticamente te puxam para ir com eles. O preço é um pouco a mais do que ir de BUS, mas as vantagens são enormes. De taxi o cara arranja mais 3 pessoas para enche-lo e te leva mais rapido do que o BUS que tem capacidade para 40 pessoas. Com o taxi quando vc para na Aduana do Peru para carimbar o passaporte tem que esperar somente os outros 3 que estão com vc para seguir viagem novamente ate a aduana do Chile. E la eh o problema, vc tem que tirar toda sua bagagem para passar esta pela esteira imagina se tivesse em um bus com 40 nego eh demorado pra caramba. O pessoal do Chile vê tudo ... tudo mesmo, cuidado se estiver levando folhas de Coca. Outra coisa, com taxi achei muito mais seguro esse tramite de atravessar a fronteira.”

Helderzito em Mochileiros.com

O que tem pra fazer

- ✓ Museo Arqueológico;
- ✓ Iglesia de San Marco, projetada por Gustave Eiffel.
- ✓ Parque Nacional Lauca, já na divisa com a Bolívia, a 4.400 metros de altitude. No parque se avistam inúmeros mamíferos típicos da região como viscachas, guanacos, alpacas e lhamas, além de outras inúmeras espécies de animais e de plantas, entre elas uma espécie de cacto que só existe aqui. Os vulcões Parinacota e Sajama, além do Lago Chungara, estão dentro dos limites do parque e podem ser admirados.
- ✓ Oceano Pacífico - A principais atrações dentro da cidade são suas praias, principalmente El Laucho, La Lisera e Brava;
- ✓ Perto de Arica estão ainda à cidade histórica de Putre e o povoado indígena Parinacota.
- ✓ Mirante;



Oceano Pacífico



Lago Chungará e o Vulcão Parinacota

► Arica p/ Tacna: 1 h de táxi, mas pode demorar na alfândega.

Transporte:	P\$ 2.500 (Tacna)	Taxi	U\$ 5,12
Alimentação:	P\$ 1.000		U\$ 2,04
TOTAL:	P\$ 3.500		U\$ 7,16



TACNA (Fronteira: Chile/Peru)

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Tacna>

Só estamos de passagem, vamos chegar de Arica pra Tacna com o objetivo de pegar o busão para Arequipa à noite.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Arequipa – 7 h de viagem, +/- Soles 30.
- ✓ Andar pela cidade, até a hora de pegar o busão.

Transporte:	Soles 30 (Arequipa)	https://ticketnet.cruzdelsur.com.pe/main.php	U\$ 11,32
Alimentação:	Soles 10		U\$ 3,77
TOTAL:	Soles 40		U\$ 15,09



AREQUIPA

<http://www.todoarequipa.com/>

<http://pt.wikipedia.org/wiki/Arequipa>

<http://www.helloarequipa.com/>

www.muniarequipa.gob.pe/

Chegaremos a Arequipa pela manhã, vamos procurar albergue, pois ficaremos mais de um dia por aqui. É uma cidade bem bonita e turística também.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Nazca – 8 h de viagem, +/- Soles 30.
- ✓ Fazer o passeio pelo Canyon Del Colca. (2 dias)
- ✓ Conhecer a cidade que tem muita coisa legal.

O que tem pra fazer:

- ✓ Catedral de Arequipa (Patrimônio da Humanidade - UNESCO)
- ✓ Convento de La Recoleta
- ✓ Igreja da Companhia de Jesus
- ✓ Casa del Moral
- ✓ Templo de São Francisco
- ✓ Centro Histórico de Arequipa
- ✓ Praça de Armas de Arequipa
- ✓ Casa Tristán del Pozo
- ✓ Igreja de Santo Domingo
- ✓ Museu Histórico Municipal de Arequipa
- ✓ Museu da Catedral
- ✓ Sala Virtual de Arequipa
- ✓ Museu Regional do Banco Central de Reserva
- ✓ Museu Arqueológico José Maria Morante
- ✓ Museu Santuários Andinos
- ✓ Museu de Arte Contemporânea
- ✓ Museu Amazônico
- ✓ Centro Histórico (Plaza de Armas, Catedral, Museus, Mercado Municipal, etc.)
- ✓ Canyon del Colca

- ✓ Vulcões El Misti (5825m), Chachani (6075m) e Picchu Picchu (5664m)
- ✓ "Cidade Branca" (sillar)
- ✓ Mosteiro de Santa Catalina
- ✓ Museo de Arte Colonial del Monasterio de Santa Teresa
- ✓ Museo de Los Santuarios Andinos de La Universidad Santa Maria (múmia Juanita)
- ✓ Mirador Yanahuara
- ✓ Veja indicações de passeios: <http://www.hostalsolar.com/es/arequipa-tourist-attractions.php>

Um pouco da cidade:

Segunda maior cidade do Peru, Arequipa, fica a 2.300m, altitude que não incomoda a maioria das pessoas. Envolvida por um quadro natural de rara beleza, a cidade fica bem aos pés do vulcão El Misti, um gigante de 5822m com picos nevados. Nas redondezas, há vales, montanhas, canyons e outros vulcões: o Chachani (6.075m) e o Pichu Pichu (5.664m). No verão, as temperaturas na região são amenas, mas chove um pouco. Abril, maio, setembro e outubro são os melhores meses para visitar Arequipa.

Antes de ser integrada ao império incaico, Arequipa já fora habitada pelos índios aimarás. Segundo os arqueólogos, há provas de atividade humana paleolítica na região há mais de 8.000 anos.

Mas a origem do nome Arequipa seria quéchua: diz-se que quando o governante inca Mayta Capa ali chegou, encantou-se com o lugar e exclamou "Ari quipa!" ("Fiquemos aqui!"). Diz-se também, que seu nome vem da "oração em língua quéchua, Arequipai" que quer dizer "Sim, fique", e mais do que uma simples coincidência, o nome é uma realidade que ficou no tempo, porque nas ruas, nas paredes de ashlar e na atitude das pessoas, é percebido uma estranha força, que o convida a ficar na cidade.

Os primeiros espanhóis que chegaram a Arequipa eram padres dominicanos. Como o Inca, ficaram tão deslumbrados que resolveram se estabelecer. À cruz seguiu-se a espada: com uma centena de homens, o capitão Manuel Garcia de Carbajal fundou a "Villa hermosa de Arequipa" em 15 de agosto de 1540. No ano seguinte, Arequipa já foi elevada à categoria de cidade pelo rei espanhol Carlos V.

Durante o século XIX, Arequipa foi importante centro de difusão ideológica da luta pela independência do Peru. Talvez esse lado rebelde de seus habitantes explique a vocação política da cidade, reduto da izquierda peruana.

Arequipa é conhecida como "Cidade Branca" em razão de ter sido construída com uma pedra vulcânica clarinha denominada sillar, retirada do vulcão Chachani.

Seu lindo centro colonial, com edifícios dos séculos XVI a XVIII, de rica arquitetura barroca, obra de mestres espanhóis e índios, lhe vale o título de Patrimônio da Humanidade, outorgado pela UNESCO. A brancura e a limpeza de suas ruas e o cenário natural também a tornam especial entre as cidades peruanas. Na opinião da maioria dos visitantes estrangeiros, Arequipa é a cidade mais interessante do país depois de Cusco.

As atrações são diversificadas: além de percorrer a cidade de Arequipa a pé, apreciar o centro colonial e visitar seus mosteiros famosos (como o de Santa Catalina, e outros) museus e igrejas, os mais aventureiros e dispostos a algum esforço físico podem optar por fazer trekking ou rafting nos arredores. Um meio termo é alugar um carro com motorista ou pegar uma excursão para curtir as belíssimas paisagens de vales, canyons e vulcões. Há diversas agências no centro histórico de Arequipa e, eventualmente, no seu próprio hotel você poderá contratar um tour para conhecer as redondezas.

No departamento de Arequipa, estão dois dos cânions mais profundos no mundo: Cotahuasi (município de La Union) e o Colca (município de Caylloma). Também, o Vale maravilhoso dos Vulcões em Andagua, as praias de Mollendo-Camaná, e Pueto Inca-Caravelí.



Povoados e lugares históricos

Plaza de Armas

A grande praça principal de Arequipa, ótimo exemplo da arquitetura espanhola colonial, é encantadora. Branca e enfeitada por palmeiras que lhe conferem um ar andaluz, ela abriga a catedral da cidade. Como pano de fundo, lá está o imponente El Misti, com suas neves eternas. É um cartão postal; em todo lugar você vê essa foto!



Yanahuara

Tome um táxi. É um bairro colonial muito agradável com ruazinhas tranqüilas, estreitas e brancas. Andar por lá é voltar no tempo. Na parte mais alta está a praça principal, onde fica uma igreja barroca de 1750 com linda fachada esculpida em sillar. Lá há também um mirante com vista da cidade, do vale e de alguns vulcões e montanhas.



Mirador de Sachaca - A 3 km do Arequipa. Tome um táxi. Para ter a mais completa vista panorâmica da região é preciso pagar entrada e subir, a pé, vários lances de escada, pois o ponto de observação fica no topo de uma torre.



Molino de Sabandia - A 10 km de Arequipa. Tome um táxi. Construído em 1621, foi o primeiro moinho da região. Além do moinho, as construções em terraço da aldeia são utilizadas há séculos.



Museus

Museo de los Santuarios Andinos de la Universidad Santa Maria - O museu, que tem por tema o estudo dos achados dos santuários localizados nos vulcões da região, foi criado em razão da descoberta da múmia de uma menina que, aos 12 ou 14 anos, no fim do século XV, foi sacrificada aos deuses no cume do vulcão Ampato, perto de Arequipa. Seu corpo foi encontrado em 1995 em excelente estado de conservação, em razão das baixíssimas temperaturas e do clima seco da região. A múmia, que recebeu o nome de Juanita, é a mais bem preservada dentre todas aquelas

encontradas até hoje no território do antigo império inca. Calle La Merced, 110, Arequipa, Peru.



Museo de Arte Colonial del Monasterio de Santa Teresa - Calle Melgar, 330. Abre de segunda-feira a sábado, das 9h às 16h30. Foi apenas em junho de 2005 que, convencidas da necessidade de arrecadar fundos para a conservação de seu patrimônio e de mostrar ao mundo um tesouro que permaneceu escondido por séculos, as freiras carmelitas de Arequipa decidiram abrir ao público uma ala de seu mosteiro, inaugurado em 1710, onde agora funciona um museu de arte colonial. Calle Melgar, 330. Arequipa, Peru.



Igrejas e Conventos

Catedral de Arequipa A construção do século XVII foi abalada por terremotos e parcialmente reconstruída diversas vezes. A última foi em 2001, quando uma das torres desabou no meio da praça e a outra rachou ao meio. A catedral impressiona por seu tamanho e imponência: ocupa todo o lado norte da praça. Plaza de Armas, Arequipa, Peru.

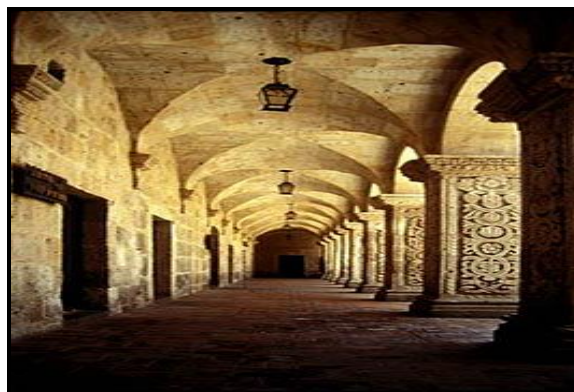


Mosteiro de Santa Catalina Gigantesco e espetacular. O Monasterio de Monjas Privado de la Orden de Santa Catalina de Siena, no centro da cidade, fundado em 1579 por uma viúva rica, forma uma verdadeira cidadela de quase 20.000 m², com ruas (com nomes de cidades espanholas, como Córdoba, Sevilha, Toledo), praças e claustros. Calle Santa Catalina, 301O, Arequipa, Peru.



La Compañía de Jesus

A igreja jesuíta de Arequipa é um lindo exemplo da arquitetura da segunda metade do século XVII. Seu portal esculpido em pedra é uma obra de arte e o rico interior também merece ser visitado. Calle General Morán esq. c/ Álvarez Thomaz, Arequipa, Peru.



Museo de la Recoleta

Funciona em um mosteiro franciscano construído em 1648. O prédio já vale a visita, mas pode-se ver uma coleção de cerâmicas, arte pré-hispânica, arte religiosa e pintura colonial. Calle Recoleta, 117, fora do centro, Arequipa, Peru.

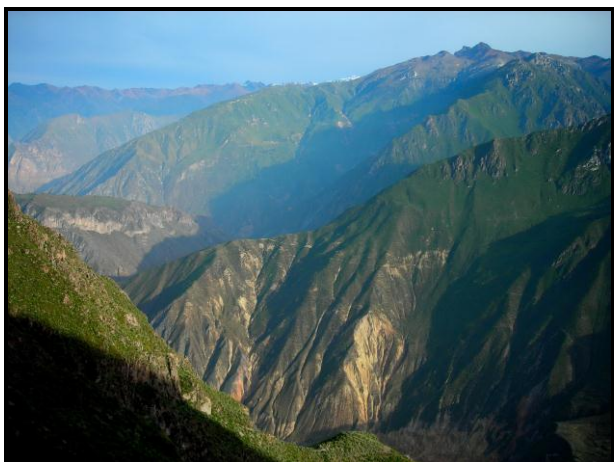


Aventura

Banhos termais de Yura e Aguas de Jesus - A 30 km de Arequipa. Se você é avesso a frio e nem pensa em programas cansativos, talvez considere agradável um banho de águas quentes. Aguas de Jesus (2.305m), a 9 km de Arequipa, recebem visitantes durante todo o ano.



Vale del Colca - A cidadezinha de Chivay, a 160 km de Arequipa (em torno de 5h30 de viagem), é a porta de entrada para o Vale do Colca, onde estão algumas das maiores belezas naturais da América do Sul.



Toro Muerto

A 3h de estrada de Arequipa. É um dos maiores centros de arte rupestre do mundo mas, é melhor avisar, numa paisagem desolada; um tipo de visita que agrada mais aos que são ligados em arqueologia. É recomendável contratar um tour guiado, já que você dificilmente encontrará sozinho as pedras mais interessantes entre milhares de monolitos lapidados. Tais pedras, com inscrições que representam homens, animais, condores, peixes, sóis e seres que parecem dançar, datam de 1500 a 700 a.C.



Observações:

- ✓ Procure comprar poltronas do lado esquerdo do ônibus, ou seja, do lado em que o motorista está! Mesmo a noite tem uma linda vista do pacífico; às vezes, se tem a impressão de estar numa ponte, pois não se vê a terra, só o mar.
- ✓ Tente também ficar próximo à Plaza de Armas, que é na minha opinião, a mais bonita de todo o Peru, com a gigantesca Catedral e os vulcões ao fundo.
- ✓ Para ir ao Canyon del Colca ver o Vôo do Condor, é preciso contratar uma agência; a viagem é meio cansativa, pois sai de madrugada, de bus e/ou Van; é que o Condor tem hora certa pra voar, só entre as 6:00h e 7:00h da manhã. O ideal é o passeio de 2 dias, se dorme em uma hotel/termas em Chivay, no outro dia de manhãzinha se vê o condor.
- ✓ Não deixe de ir ao mosteiro de Santa Catalina, é demais, tudo do jeito que era antigamente, uma arquitetura irada...uma viagem alucinante no tempo!!
- ✓ Não deixe de ir ao museu de múmias andinas (Museu da Juanita)! Tem uma menina congelada que foi encontrada num vulcão...é perfeito... fora a historia da menina.
- ✓ Alimentação: ***"The Tukurutu"*** – Portal de San Agustín, 105 (Plaza de Armas)

- ✓ Mignon com molho de Funghi muito bom!
- ✓ **Restaurante e Cyber Café Albur** – Pasaje Catedral, 103 (perto da Plaza de Armas)
- ✓ **Pizzas e lanches** – Lugar bem legal em uma ruazinha cheia de barzinhos e restaurantes!
- ✓ Ir à 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 Nazca com saída para a noite.
- ✓ Dica: Doceria tradicional Antojitos de Arequipa.

CANION DEL COLCA:

<http://www.aqplink.com/colca/colca/>

- ✓ 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 Cânion, 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/refeição.
- ✓ Duas das mais recomendadas agências são Ecotur <http://www.ecotourcusco.com/es/arequipa.html>
- ✓ e Pabloutours <http://www.pabloutour.com/esp/index.html>

Segue descrição do passeio com a Pabloutours:

DIA 1 - Aprox. A las 7 a.m. Recojo de los pasajeros desde su hotel, luego nos dirigimos hacia el valle del Colca, Nosostros salimos antes de que salgan los tours clasicos.

Después de recorrer aprox.2 horas de viaje nos encontraremos con la carretera principal que va al valle del Colca. En este sector denominado pampas cañahuas podremos observar las vicuñas que son camélidos no domesticados que habitan libremente dentro de la reserva nacional de aguada blanca y salinas.

En este recorrido se puede aprovechar para utilizar los servicios higiénicos y baños situados en el sector de chasqui pampa.

Luego nos dirigimos hacia los bofedales de tocjra pampa donde podremos observar diferentes aves como: el pájaro bobo, el hibis negro, el pato andino, guayatas, gaviotas andinas, etc. Cerca de este sector podremos encontrar recua de llamas y alpacas.

En este viaje se pasa por una altura de 4 850 m,s,n,m. (mirador de los volcanes), donde es posible apreciar los diferentes volcanes ó llamado cinturón volcánico del sur del Perú, también se aprecia la cordillera de los andes centrales.

Luego de aproximadamente 6 horas de viaje y visitas llegaremos al valle del Colca al pueblo Chivay donde podremos disfrutar de la aguas termales de 38 grados de temperatura o también se podría visitar el museo de sitio.

Por la tarde continuaremos nuestro viaje hacia el pueblo de Cabanaconde situado a 3 287 m,s,n,m. en el trayecto podremos apreciar y fotografiar las terrazas pre- incas, las piedras ceremoniales, la iglesia colonial del pueblo de Yanque y finalmente la cruz del cóndor.

Observacion - Antes de llegar al pueblo de Cabanaconde se puede hacer una caminata de 45 min. En la cruz del cóndor, en esta caminata hay dos buenos miradores que nos permiten ver la profundidad del canon y la prolongación del canon.

Este pequeño trekking se sitúa entre el mirador del cura y la cruz del cóndor. Esta caminata es muy recomendada por nuestros clientes.

Para hacer esta caminata se necesita anular la visita a los baños termales de chivay y así tener tiempo suficiente para caminar.

Observaciones - Es muy importante que Usted compre botellas con agua para el día siguiente, debido a que en el recorrido no encontraremos tiendas o comercios que nos provean de las mismas.

VENTAJAS:

- Nosotros hacemos la visita del Valle de Colca por la tarde ya que en la mañana hay cientos de turistas.
- Nosotros dormimos en el pueblo de Cabanaconde y no en Chivay, por que en Cabanaconde también hay buenos hoteles y el pueblo es más típico (menos turistas).
- El segundo día no nos levantamos a las 4: 30 a.m. para ver los cóndores .porque pasamos dos veces por la cruz del cóndor, la primera vez es el primer día de nuestro viaje en la tarde(que también se pueden ver algunas veces cóndores. Y la segunda vez es por la mañana del segundo día pero ese día nos levantamos a las 7 a.m y no a las 4:30 a.m. porque la distancia de cabanaconde a al cruz del cóndor es de 25 min.
- Pero si usted duerme en Chivay tendría que recorrer el segundo día temprano hacia la cruz del cóndor 42 Km. en 2 horas incluyendo visitas.
- Pernocte en Cabanconde en el hotel elegido.

DIA 2 - 7: AM nos dirigimos al mirador de achachihua , desde nuestro punto de vista, este es unos de los mejores miradores del canon de colca, desde aqui podremos observar, un Oasis al fondo del canon, tambien pueblos que estan literalmente suspendidos en la cordillera de los andes, caminos pre- incas y la catarata de huaruro (del otro lado del rio). Lo mas importante es que en este mirador no hay turistas.

07h30min nos dirigimos a la cruz del cóndor (25 min. en carro) Aquí nos quedamos una hora aproximadamente para intentar ver el vuelo del cóndor.

Luego continuamos nuestro viaje hacia el pueblo de Pinchollo y antes de llegar al pueblo de Maca tomamos un desvío y cruzamos el rio colca hacia la margen derecha.

La margen derecha del rio Colca.- Esta parte del valle del colca es menos visitada por los turistas y no corresponde al circuito clásico. En esta parte del valle del colca hay pueblos típicos de estilo colonial no visitados por los turistas, estos pueblos son: Lari, Ichupampa. En estos pueblos usted puede caminar y explorar por las calles típicas y apreciar la vida tranquila en los andes.

Luego continuamos para el pueblo de Chivay, almuerzamos y continuamos hacia la ciudad de Arequipa. La hora aproximada de arribo es entre 4 y 5 de la tarde.

Esta opción esta orientada a las personas que les gusta hacer algo distinto, estar en medio de terrazas pre-incas, disfrutar de una parte del valle del colca no visitada por los

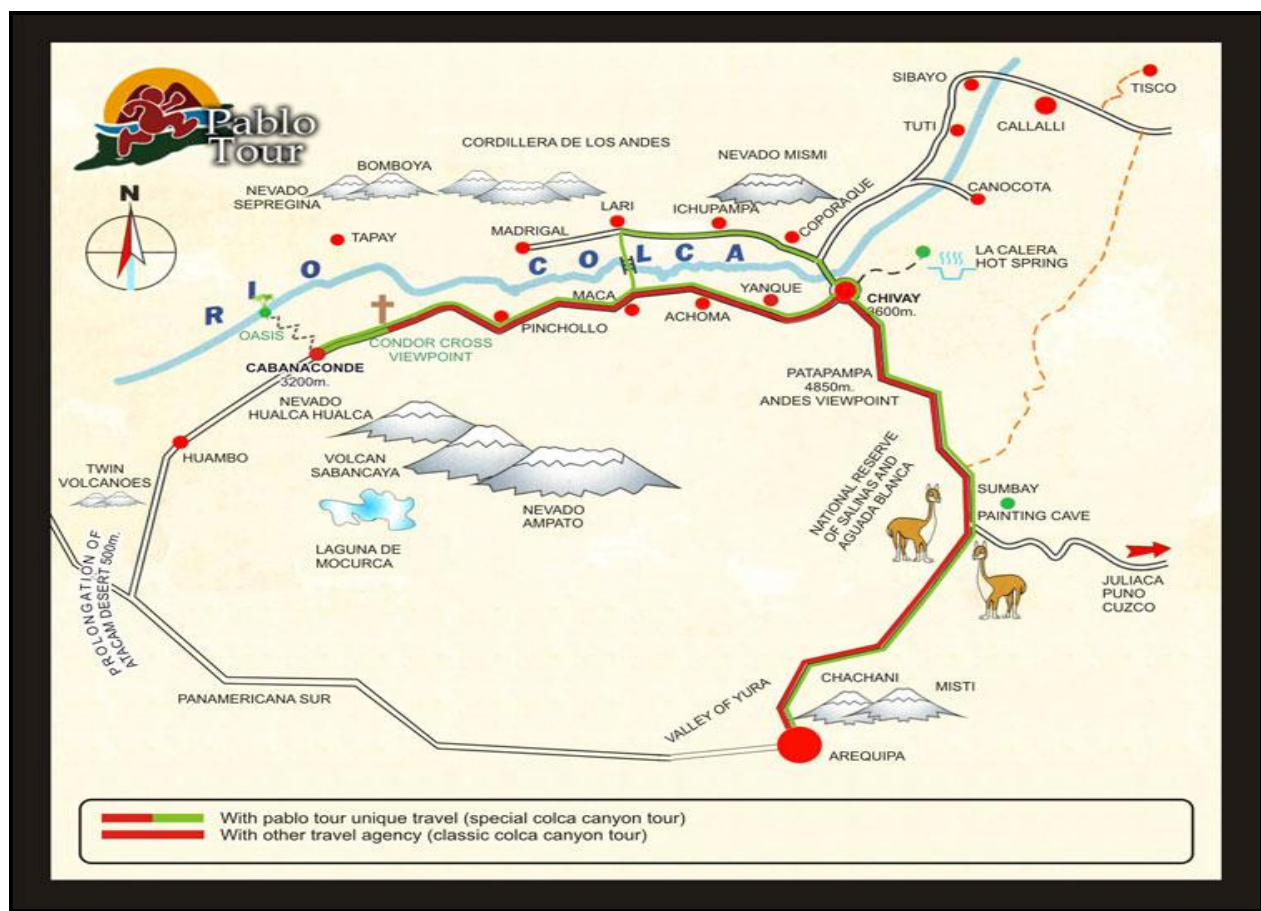
tours clásicos y típicos. Dedicado a las personas que les gustan las buenas vistas y pueblos típicos sin turistas.

INCLUYE:

- Guía profesional
- Transporte turístico 2004-2008 (climatizado)
- Conductor experimentado
- Noche de hotel en Cabanaconde (3287m)
- Alimentación:
- Día 1.-En el almuerzo Bufet andino /Cena en un restaurant típico
- Día 2.-Desayuno americano en el hotel/ almuerzo bufet andino
- Equipo de oxígeno
- Botiquín de primeros auxilios
- Alimentación y hospedaje para el chofer y guía
- Información previa al tour en su hotel o en nuestra oficina
- Asistencia durante las 24 horas por nuestra agencia de viajes
- Ticket de entrada a la reserva nacional de aguada blanca y Salinas
- Ticket de entrada para la cruz del condor

NO INCLUYE:

- Bebidas ni comidas no mencionadas
- Propinas



Opções de Hospedagem:

The Point Arequipa Hostel - Avenida Lima 515 Vallecito Quartos Desde:\$7.00

Hostal Real San Felipe - San Juan de Dios #304 Quartos Desde:\$16.00

Posada de Cayma - Leon XIII -19 – Cayma Quartos Desde:\$9.00

Buena Vista Hostal - Calle Ugarte 623 Quartos Desde:\$10.00

Hostal Cayma - Urb.El Bosque No.18 Cayma Quartos Desde:\$12.50

Hostal El Condor - Calle San Juan de Dios, 525

Hotel Real - 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

Posada Del Parque - 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

Home Sweet Home - www.homesweethome-peru.com

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

Quarto Individual com banho privado + Café da Manhã

Los Andes Bed & Breakfast - 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.

Arequipa Suites Plaza Hostal Portal de Flores 102, Plaza de Armas- <http://www.asuitesplaza.com>

30 soles, localização perfeita e ambiente perfeito também, em cima deste hostel estão o restaurante Terrace.



Arequipa com El Misti ao fundo

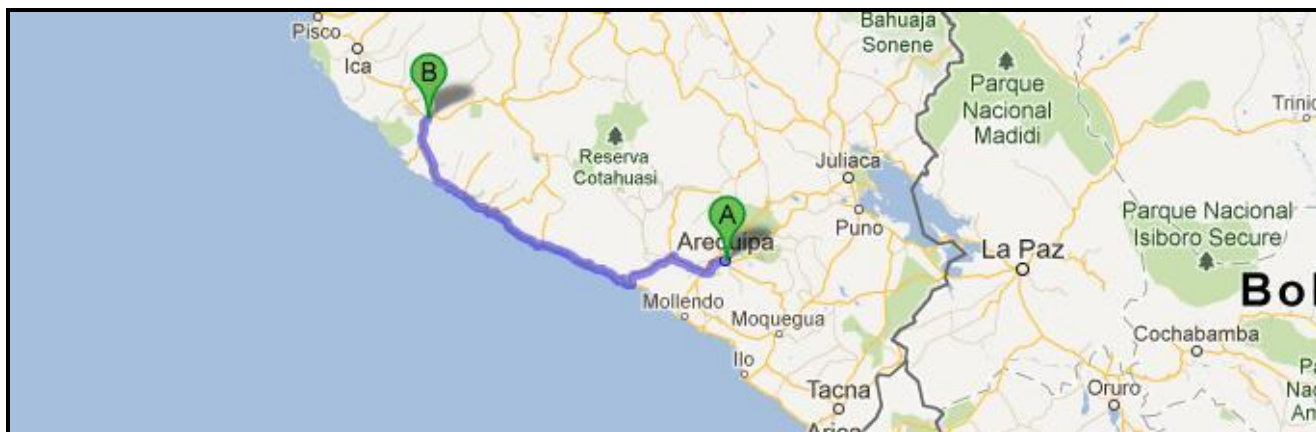


Canyon del Colca

► Arequipa p/ Nazca: ± 8hs de viagem.

Transporte:	S/ 85	www.expresocial.com / www.tepsa.com.pe	U\$ 32,07
Alimentação:	S/ 78	Calculo de 6 refeições de +/- S/ 13	U\$ 29,43
Hospedagem:	S/ 40	Arequipa Suites Plaza Hostal – 2 diárias - http://www.asuitesplaza.com	U\$ 15,10
Passeios	S/ 260	Canyon Del Coca (2d c/ Águas termais em Chivay e Almoço Buffet) + City tour + Monast. Sta Catalina + Museo Juanita.	U\$ 98,11
Compras:	S/ 15	Compras (Não esquecer de agua se for fazer Trekking no Canyon)	U\$ 5,66
TOTAL:	S/ 478		U\$ 180,38

Obs: provavelmente não dará tempo para Monast. + Museo, mas está incluso o preço dos dois.



NAZCA

Em Nazca a programação é só de passagem, é chegar de manhã fazer o sobrevôo sobre as linhas de Nazca e partir para Ica na parte da tarde, caso a galera queira podemos fazer os passeios por terra em nazca e seguir pra Ica de noite.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Ica – 2 h de viagem, +- S/10
- ✓ Fazer o sobrevôo sobre as linhas de Nazca

O que tem pra fazer

- ✓ Aquedutos de Nazca
- ✓ Fábrica de Cerâmica Nazca
- ✓ Linhas de Nazca (ver de perto)
- ✓ Cemitério de Chauchilla
- ✓ Linhas de Nazca (Sobrevôo)

Observações:

- ✓ Se der sorte de comprar passagem num ônibus bom, tente comprar a 1ª poltrona (aquela acima do motorista), senão, compre pelo menos na janela; a estrada é sinistra, e cheia de emoções; pra quem tem medo de altura é melhor comprar poltronas no corredor e tomar muito Dramin.
- ✓ Nazca é uma cidade feia e nem rodoviária tem, por isso o ideal é sair à noite de Arequipa para chegar cedo a Nazca, mesmo viajando a noite, pegue poltronas do lado esquerdo do Bus, para ver o pacífico. O tempo de viagem de Arequipa é em torno de 10 horas.
- ✓ Chegando a Nazca cedo, procure agências para fazer um City Tour (Aqueduto, Cemitério, Fábrica) seguido das famosas Linhas de Nazca; a cidade é pequena, durante o dia dá para conhecer tudo, e assim seguir viagem a noite para Pisco.
- ✓ Para quem não quiser encarar o avião, há um tour que leva o turista até um mirante instalado nos arredores da cidade. Do alto da torre de 12 metros de altura dá para observar duas das famosas linhas ("mão" e "árvore"), além de figuras geométricas e muitos traçados retos milenares.
- ✓ O sobrevôo é coisa rápida ele dura de 20 a 35 minutos tem alguns que não passam em todas as linhas.

- ✓ Sobrevoar as Linhas de Nazca exige uma pequena dose de adrenalina e cuidados. Para os passageiros verem as tais figuras impressas na superfície, é necessário que o piloto realize manobras mais inclinadas para ambos os lados. Esse movimento pode marear alguns tripulantes e acabar estragando o passeio. Para prevenir o enjoo, é recomendável não ingerir alimentos nem bebidas alcoólicas horas antes da decolagem, e optar pelas aeronaves que partem no início da manhã, período que o vento sopra mais leve no deserto.

Importante: Não deixe de conhecer as linhas de perto, não são todos os guias que levam os turistas para conhecê-las (certifique-se disso antes de pagar a agência), é muito importante vê-las de perto para ver a simplicidade de como são feitas, muitos pensam que elas são profundas no solo.

Mais importante ainda: Procure não comer nada antes de sobrevoar as linhas; se der, vá até de jejum.

Os passeios podem ser feitos pelas seguintes empresas:

Alas Peruanas - Calle Lima 168 - www.alasperuanas.com



[Aero Cóndor :](#)



[Aerolca :](#)



[AeroDiana :](#)



[AeroParacas :](#)

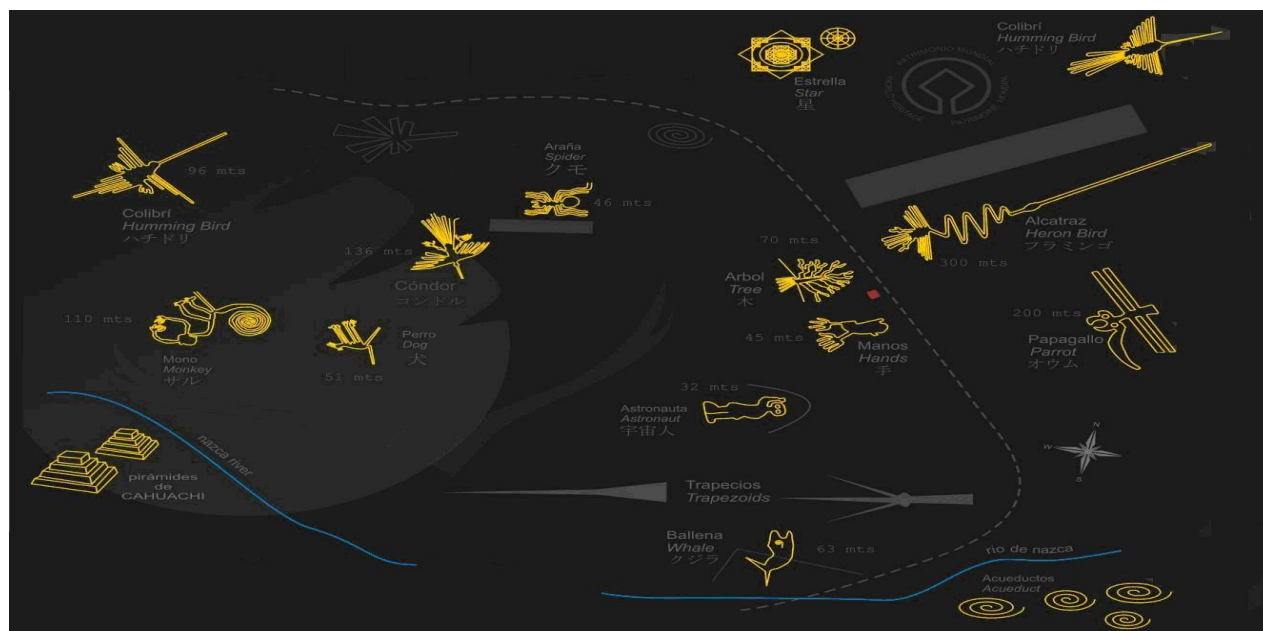
Descrição do passeio pela AeroParacas (a mais recomendada):

Tour Details:

A 550 m s n m / 25 k m al norte de Nasca. Son misteriosas trazos realizados, sobre la arena cubriendo una extensión de 350 k m estos representan figuras de diversos animales y plantas como La Araña, El Mono, El Perro, Lagartija, Colibrí, El Cóndor, entre otros en grandes dimensiones que alcanzan de 15 a 300 MT. Cada una y con una profundidad de 30 centímetros aprox. Según la Doctora MARIA REICHE quién ha dedicado gran parte de su vida al estudio de estas líneas se trata del Calendario Astronómico más grande del Mundo.

INCLUYE:

- Traslado del hotel o estación de bus al Aeródromo María Reiche y viceversa
- Transmisión del video informativo sobre las Lineas de Nasca, en la sala de espera
- Sobrevuelo a las Lineas de Nasca
- Entrega de certificado de Sobrevuelo a las Lineas de Nasca



Um pouco da cidade:

Nazca está localizada a 450 km ao sul de Lima no Peru. É uma pequena cidade de 30.000 habitantes, conhecida no mundo pelas famosas linhas de Nazca e que ainda corre atrás da destruição causada por um forte terremoto em 1996, que acabou com boa parte da cidade.

Talvez a maior atração turística do Peru depois de Machu Picchu. As Linhas de Nazca estão situadas nos arredores da rodovia Panamericana, a aproximadamente 22 km ao norte da cidade, no deserto Peruviano, estendem-se por mais de 2.250 km ao longo do Oceano Pacífico. A área de Nazca onde se encontram os desenhos é conhecida pelo nome de Pampa Colorada. Tem 24 km de largura e corre ao longo de 60 km paralela aos Andes e ao mar não existe areia neste deserto.

Elas constituem um conjunto de vários desenhos e formas geométricas e é possível ver claramente triângulos perfeitos, formas humanas e imagens de animais como pássaros, cachorro, lagarto e até macaco (o que surpreende, já que não existem macacos nesta região). Estendida por uma área de 500 km², do árido deserto do sul peruano, as Linhas de Nasca são tão imensas que só revelam seus desenhos ao serem observadas do alto. De perto é impossível distinguir as formas de trapézios, retângulos, ziguezagues, figuras de animais e plantas, construídas há mais de 2 mil anos pela antiga civilização de Nazca, ao longo de rios que desciam dos Andes.

O grande enigma gira em torno do que possa ter levado à criação dessa galeria de arte em pleno deserto - principalmente quando o homem nem sonhava em inventar o avião. Alguns estudos sugerem que as linhas formam um gigante mapa do sistema subterrâneo de água da região, outros que os desenhos formam um calendário astronômico. Construídas com uma linha ininterrupta, os desenhos de Nasca revelam, na verdade, a sabedoria e a habilidade da civilização de Nasca.

Diversos estudos apontam que as curiosas figuras, eleitas Patrimônio da Humanidade pela UNESCO em 1994, foram feitas com uma técnica bem simples: retirar as pedras da superfície do solo avermelhado, empilhar-lhas ao longo de ambos os lados do traçado e remover o leito mais escuro do Pampa, conhecido como **verniz do deserto**, revelando abaixo um solo mais claro deixando à mostra a terra mais fina e rosada que ficava embaixo. Cordões e estacas serviram como compasso para elaborar as formas que foram preservadas durante tantos séculos graças à ação da umidade durante a noite, que consolida as rochas ao terreno natural, e ao vento que sopra rasante, não deixando acumular a areia.

A cidade em si tem poucas atrações; apenas um museu, um planetário e boas palestras sobre as **Linhas de Nazca**, oferecidas por uma de suas maiores estudiosas. Durante o dia, os turistas se dividem entre três destinos principais: as Linhas, geralmente pela manhã, quando a visibilidade é melhor; o cemitério de Chauchilla, onde múmias podem ser vistas a céu aberto na região onde foram encontradas, e os centenários aquedutos, construídos por povos pré-colombianos e ainda em perfeito funcionamento. Ainda em Nasca, é possível assistir demonstrações da fabricação da cerâmica Nasca. Alguns pequenos povoados ainda demonstram, de maneira bem prática, a mineração do ouro.

A 30 km de Nazca fica o **Cemitério de Chaullita**, onde se pode observar as tumbas, esqueletos e múmias do período 1000 a 1300ac. A poucos anos atrás as múmias eram vistas na superfície, mas agora elas foram colocadas em 12 tumbas. O cemitério foi descoberto pelos fazendeiros locais. A total ausência de chuvas na região tem permitido a preservação destas múmias. O lugar foi destino sagrado de milhares de peregrinos no Antigo Peru. As cerimônias incluíam diferentes tipos de oferendas, como cerâmicas e tecidos, além de animais e até humanos. As peças encontradas nas escavações podem ser conferidas no Museu Didático Antonini.

A 15 minutos da cidade, o **Aqueduto de Cantalloc** funciona até hoje e a visita ao sítio é oferecida pelas agências de turismo locais. Um casal de brasileiros, que trocou o sobrevoio para ver a milenar técnica de transporte e armazenamento de água, gostou tanto do lugar que decidiu percorrer os canais subterrâneos, tal qual fazia o antigo homem nazca para limpar seus aquedutos. "O cheiro é bem forte e ficamos com medo de desmaiar", contou Denise Ton Tiussi ao voltar à superfície.

Opções de Hospedagem:

Hostal Alegria - Calle Lima 168. www.hotelalegria.net

Nazca Lines Hotel - Jirón Bolognesi, s/n. www.derrama.org.pe



Uma das "janelas" do Aqueduto



Múmias da Cultura Nazca



Colibrí (visto do Avião)



Teco-teco de Nazca.

► Nazca p/ Ica: ± 2hs de viagem.

Transporte:	S/ 25 (Ica)	www.oltursa.com.pe	US\$ 9,43
Alimentação:	S/ 15	Almoço	US\$ 5,66
Passeios	S/ 204	Sobrevoio + cemitério Chauchilla + Mirador	US\$ 76,98
TOTAL:	S/ 244		US\$ 92,07





ICA

http://www.perutruvelguide.info/ica_nazca_paracas_peru_travel_guide.asp
<http://www.icaperu.com/>

Chegaremos a Ica à tarde ou provavelmente à noite se fizermos outros passeios além do sobrevoo em Nazca, procuramos albergue e acertamos tudo para o passeio para as Ilhas Ballestas e Paracas, depois dormir, pois acordaremos cedo.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Cuzco (volta) – 14 h de viagem, +- S/70,00.
- ✓ Comprar passagem para Pisco – 1h de viagem +- S/4,00
- ✓ Fazer os passeios pelas Ilhas Ballestas e Reserva nacional de Paracas em Pisco.
- ✓ Conhecer Oásis Huacachina

O que tem pra fazer

- ✓ Oásis Huacachina
- ✓ Museu Regional de Ica

Observações:

- ✓ Tem bus às 18h30min de Nasca para Cusco pelo Expresso Molina e custam 50 soles (pra volta), pela Cial são 80 soles.
- ✓ A estrada é SUPER sinuosa e eles dão saquinhos de “mareo” pra quem passa mal!
- ✓ Chegando a Ica ver logo a questão de como vai ser o passeio para Ballestas.
- ✓ Talvez tentar ficar em albergue em Huacachina. La Casa de Arena II super recomendado.
- ✓ Já ver a volta para Cuzco como vai ser, parece que não tem ônibus direto de Ica, talvez tenhamos que ir para Nazca e de lá pegar outro ônibus para Cuzco.
- ✓ Tentar fazer sandboarding nas dunas e talvez passeio com bugre.
- ✓ O jeito mais fácil de chegar a Huacachina é de taxi.
- ✓ Existem passeios para Paracas e Ballestas direto de Ica, mas talvez vão sair mais caro do que vc ir por conta própria para Pisco e de lá contratar.

Um pouco da cidade:

A cidade de “Ica” está localizada em um fértil vale na parte sul do “Perú”. A fama desta bela cidade é também conhecida pela fabricação da deliciosa aguardente conhecida como “Pisco”. À excursão pelo “Vale de Ica” os visitantes podem visitar e conhecer as “Bodegas”, onde até os dias de hoje fabrica “Vinho” e “Pisco” de forma artesanal.

Há alguns quilômetros da cidade “Ica” está localizada a famosa lagoa chamada de “Huacachina” entre belas palmeiras tropicais e cercada por potentes dunas de areia. Neste lugar os visitantes podem desfrutar de uma bela paisagem natural e praticar um dos esportes mais populares dos últimos tempos conhecido como “Sandboarding” ou “Surf na Areia”. Na cidade de “Ica” também está localizado um dos melhores “Museus Arqueológicos do Perú”, onde está em exposição restos das principais culturas que habitavam os vales do sul.

Opções de hospedagem:

Hotel Ollanta - (<http://www.hotelollanta.com/hab.htm>) – de 70 a 100 soles = \$26 a \$37

Hotel Vila Jasmim - (<http://villajazmin.net/villa/index.php?id=5&L=0>) \$65 c/ Café

Hostel La Florida

Hotel Princess - \$40

Hostal Rocha

La casa de Arena 2 (Huacachina) - <http://www.hostelz.com/hostel/36052-Casa-de-Arena-y-Carola-del-Sur>



Dunas de Ica



Huacachina

► Ica p/ Cuzco: ± 14hs de viagem.

Transporte:	S/ 165	www.expresocial.com / www.tepsa.com.pe	U\$ 62,26
Alimentação:	S/ 40		U\$ 15,10
Hospedagem:	S/ 40	Casa de Arena 2	U\$ 15,10
Passeios	S/ 125		U\$ 47,17
TOTAL:	S/ 370		U\$ 139,62

*Ica/Pisco e Ica/Cuzco



PISCO

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Pisco_\(cidade\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Pisco_(cidade))

Em Pisco só passaremos de passagem para fazer os passeios das ilhas ballestas e paracas, vamos pegar uma excursão de Ica fazer o passeio e voltar para Ica.

Objetivos:

- ✓ Fazer os passeios pelas Ilhas Ballestas e Reserva nacional de Paracas em Pisco.

Observações:

- ✓ Na cidade tem um calçadão com vários restaurantes de comidas típicas.
- ✓ Não deixe fazer o passeio de barco pelas Islas Ballestas. Você passa de barco por dentro de grutas, vê pinguins, centenas de leões marinhos e milhares de pássaros. É alucinante.
- ✓ Dê um rolê de carro dentro da Reserva Nacional de Paracas. É um visual desértico encostando-se ao mar. Muito bacana. Não deixe de visitar a área dos lobos marinhos.
- ✓ De vez em quando entra uma neblina e esconde todo o visual. Aproveite para tirar fotos quando o tempo estiver limpo.
- ✓ Experimente o pisco. Bebida alcoólica peruana das boas. Ela é feita a base de uva branca. O pisco sauer é muito bom.
- ✓ Procure saber onde é a "zona segura em caso de sismo". Se rolar um terremoto é para lá que você vai.
- ✓ Veja o monte de pelicanos que tem no porto de Paracas. É bacana.
- ✓ Tomar um Dramin e evitar comer antes do passeio. Levar blusão impermeável, boné e protetor solar.

Um pouco da cidade:

Pisco a cidade mais próxima à entrada do Parque Nacional de Paracas, fica no ponto médio entre Lima e Nazca.

A marina local é cheia de lanchas e barcos, o que demonstra ser um destino para endinheirados. Nas praias próximas ao centro da cidade são movimentadas, repletas de guarda-sóis, pessoas se bronzeando, crianças brincando.

O que tem pra fazer

- ✓ Ilhas Ballestas
- ✓ Reserva Nacional de Paracas

Ilhas Ballestas - As Ilhas Ballestas são o refúgio dos leões marinho que ali se reproduzem. Estima-se que existem hoje 37.000 leões marinhos vivendo nas ilhas. As ilhas possuem belas formações rochosas e é o recanto de milhares de aves. É proibido desembarcar nas ilhas e todo o passeio é feito na lancha. Poderá ser encontrado o pingüim Humbolt. Durante o verões as praias das ilhas são tomadas por focas e leões marinhos. Os locais mais altos são muito disputados por milhares de pássaros de diversas espécies: pelicanos, albatrozes, gaivotas, pinguins e etc.



Candelabro - Logo na saída no passeio de lancha poderá ser visto e fotografado o Candelabro. Alguns dizem que se trata do desenho de um cactus. Trata-se de uma gigantesca figura desenhada na encosta do morro. Mede 177m de altura, 54m de largura e 60cm de profundidade. Está desenhado sobre um solo argiloso. A escassez de vento e chuva na região contribuem para a preservação da figura.

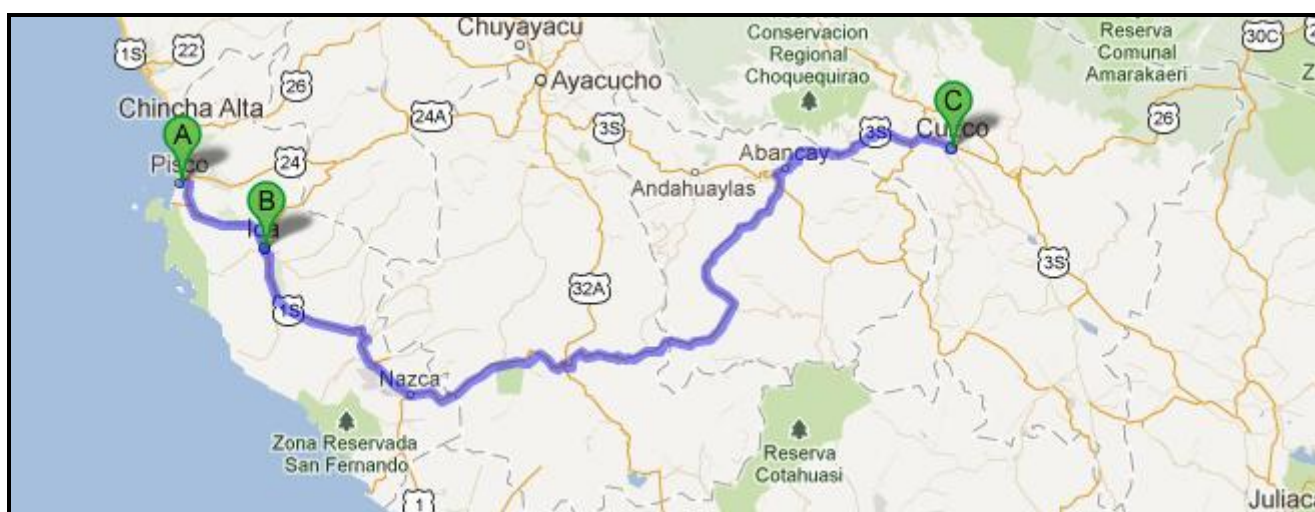


Candelabro



Leões marinhos

Transporte:	S/ 10	Taxi (se formos contratar o passeio em Pisco)	U\$ 32,07
Alimentação:	S/ 20		U\$ 29,43
Passeios	S/ 60		U\$ 98,11
TOTAL:	S/ 478		U\$ 180,38



CUSCO

Um pouco da cidade:

Uma das lendas mais populares, conta a história do casal indígena Manco Cápac e Mama Oclloque. Os dois teriam emergido do lago Titicaca, subido a cordilheira e fundado Cuzco. O povoado teria aprendido a cultivar a terra com o casal. Quando o historiador e cronista Garcilaso de la Veja relatou em seu célebre livro "Comentarios Reales" (1609) que o nome da cidade de Cuzco (Qosqo, em quéchua), no Peru, significava **umbigo do mundo**, não podia imaginar que a denominação fosse cair tão bem 400 anos depois. Se no passado a capital do Império Inca foi um importante centro de peregrinação, onde convergiam diversos caminhos que se estenderam por boa parte do continente sul-

americano, na atualidade, ela é ponto de encontro de viajantes de todos os cantos do planeta que estão em busca de cultura, aventura e festa.

Mais de um milhão de turistas chegam por ano ao Vale de Cusco, na **Cordilheira dos Andes**, para conhecer a cidade vigente mais antiga da América. Com suas câmeras digitais a tiracolo, gringos sobem e descem as ladeiras da cidade a fim de garimpar uma história de mais de 3.000 anos.

Historiadores divergem sobre qual foi a primeira cultura a habitar a zona. Não se sabe ao certo quando os Incas se fixaram ali, o que é certo é que a civilização inca a transformou, em meados do século 8 d.C, no centro administrativo e religioso do Império Tahuantinsuyo, o apogeu do império se deu entre 1438 e 1532. E, mais tarde, na maior metrópole da América do Sul, antes da dominação espanhola.

No alto de uma montanha e a apenas dez minutos de carro do centro, é possível conferir um dos exemplos mais significativos das **construções incas**: o Complexo Arqueológico de Sacsayhuamán. O lugar, que teve uma função militar e religiosa, impressiona com seus enormes muros de pedras de até cinco metros de altura e 300 toneladas de peso. Após o passeio, fica aquele clima de mistério no ar: como os incas construíram obras tão complexas há centenas de anos?

Exploradores espanhóis não refletiram muito sobre essa questão quando chegaram ao "umbigo do mundo". Pois, em nome da conquista da região, destruíram boa parte das edificações incas que viram pela frente. Depois, para reforçar sua soberania, levantaram prédios nos estilos **barroco e renascentista** sobre suas ruínas. O curioso é que dessa guerra surgiu uma arquitetura própria, que mistura muros de rocha incaicos com casas coloniais e suas típicas sacadas de madeira entalhada. As históricas construções hoje abrigam igrejas, museus, restaurantes modernos, lojas, agências de viagem, atraindo os visitantes que circulam pelas ruas estreitas e empedradas da antiga capital. Em 21 de maio de 1950, um terremoto destruiu a maior parte da cidade, reconstruída mais tarde com as mesmas características.

A rua mais popular de Cusco, declarada Patrimônio Cultural da Humanidade pela Unesco, é a Hatunrumiyoc, onde está o Palácio Arzobispal (atual Museu de Arte Religiosa). Está sempre lotada de gente que quer ver o muro que serviu de base para a construção espanhola. Não à toa, o tal muro é uma **obra-prima de pedras** gigantes milimetricamente recortadas e encaixadas o encaixe é perfeito. Um desafio à imaginação do leigo e ao conhecimento do mais ousado engenheiro ou arquiteto.

Um dos lugares que deve concentrar o maior número de turistas por metro quadrado do mundo é a Plaza de Armas de Cusco, foi ali que o espanhol Francisco Pizarro proclamou a conquista de Cuzco, após vencer Túpac Amaro, último ponto da resistência indígena. No meio está a catedral, construída entre 1560 e 1664, com grandes blocos de pedra avermelhadas, extraídos da fortaleza inca de Sacsayhuamán. As igrejas La Catedral e Compañía de Jesus, localizadas ao seu redor, aparecem em todo álbum de fotos de que um dia já passou pela cidade.

O convento de Santo Domingo transpira a tradição incaica de adoração ao Sol ele é ladeado por muros que, na época, eram cobertos por lâminas de ouro e polidos diariamente. Pinturas da escola cuzquenha ficam em exposição permanente no local. Um dos lugares mais pitorescos de Cuzco é o bairro de San Blas, as ruas estreitas têm construções incaicas e acolhem artesãos, que elegeram a praça de uma das igrejas mais antigas de Cuzco, erguida em 1563, como santuário para mostrar a cultura local.

Mas o mais interessante de se fazer em uma estadia em Cusco é ir além da história oficial e do blábláblá dos guias e conhecer o lugar pelos **costumes** da sua gente. Fugindo das centenas de restaurantes turísticos que existem na cidade, é possível se sentir um pouco cusquenho em uma das tradicionais chicherías e picanterías. Ou provando a famosa chicha de jora, bebida alcoólica andina fermentada à base de milho. Outra forma de se acercar das tradições do lugar é provando da folha de coca. A coca é

uma planta sagrada que tem a função de mediar o mundo de dentro (dos Apus e da Pachamama) e o mundo de fora (dos homens).

Os grupos de músicos e dançarinos **folclóricos** aparecem quase diariamente em procissão pelas ruas para colorir o dia. Quando a Lua chega, jovens de diferentes idades, estilos e países saem para se divertir e se conhecer na variada oferta de bares, cafés, pubs, discotecas e que movimentam a noite da cidade. Destino incontestável de qualquer pessoa que quer sentir a vibração do Peru, Cusco é assim: uma festa.

Fora da cidade

Os arredores de Cusco também permitem passeios incríveis. Conhecer importantes **sítios arqueológicos** como Pisac, Ollantaytambo e Moray, é uma ótima pedida para quem procura natureza e adrenalina. Sem contar Machu Picchu e o Caminho Inca e as excursões que aliam história e aventura. Há que ter fôlego para conhecer a antiga cidade dos Incas, localizada a 3.400 mts sobre o nível do mar. Muito chá de coca para espantar a soroche, o mal estar que dá em lugares de grandes alturas, e garantir a energia.

As estradas são boas, e qualquer passeio vale pelo visual do alto dos Andes. Em Pisac, a 33 km de Cuzco, os moradores usam as vestes coloridas como forma de perpetuar a tradição dos antepassados. O mercado dominical atrai milhares de visitantes que, entre a compra de um artesanato e outro, são convidados a conhecer as ervas usadas para chás e temperos. Na igreja pode-se ver uma missa em quéchua, o idioma local.

A 20 minutos de Pisac fica a fortaleza de Sacsayhuamán, um exemplar da arquitetura inca militar. Construída para resguardar a cidade de invasores, ela chama a atenção pela sobreposição de pedras de até cinco metros de altura e 350 toneladas, que formam as muralhas. A 5 km de Cuzco fica a cidade de Tumpumachay, usada pelos incas para a realização de cultos às águas. A canalização, preservada, foi feita em pedras pelos incas. A água na região é pura e ao prová-la deve-se fazer um pedido aos deuses.

O vale Sagrado dos incas, assim considerado devido à fertilidade da terra, foi transformado no centro agrícola dessa civilização. O local fica no vale do rio Urubamba, à uma hora de Cuzco, o rio corta toda a região e ainda há plantações de milho nessa área.

Deixando um pouco a altitude, a 2.800 metros do nível do mar, está o sítio arqueológico de Ollantaytambo, um dos complexos mais bem conservados da região. São 15 mansões levantadas sobre muros de pedras que rodeiam o templo do Sol e o palácio Real.

Curiosidades

Nomes no Caminho Inca

A maior parte dos nomes das localidades no Caminho Inca foi inventada por Hiram Bingham e seus guias nativos nas expedições de 1911-1912 e 1914-1915 e também por Paul Fejos que em 1941 liderou outra expedição à região.

Quéchua	Espanhol	Português
Intipunku	Puerta Del sol	Porta do sol
Kusichaca	Puente alegre	Ponte da felicidade
Llupachayoc	Lugar donde se hace ceremoniales	Lugar de oferendas
Machupicchu	Montaña viejo	Montanha velha

Pakaymayu	Río escondido	Rio escondido
Patallacta	Pueblo alto	Povoado alto
Phuyupatamarca	pueblo alto en las nubes	Povoado alto nas nuvens
Q'orihuayrachina	lugar donde se limpia el oro con el viento	Lugar de separar o ouro com o vento
Qosqo	Ombligo	Umbigo
Runkuraqay	Ruinas amontonadas	Ruínas amontoadas
Sayaqmarka	Poblado pendiente	Povoado em um precipício
Warmiwañuska	Mujer muerta	Mulher morta
Wayllabamba	Lugar de pasto	Lugar de pasto bom
Willkamayu	Río sagrado	Rio sagrado
Wiñaywayna	Joven para siempre	Jovem para sempre

Objetivos:

- ✓ Ir para **Machu Picchu** - 01 Dia
- ✓ **Vale Sagrado:** 01 Dia - Com o mesmo boleto, contrate outro City Tour para conhecer o Vale Sagrado em Qorao, Taray, Pisaq (ruínas e mercado), Urubamba, Ollantaytambo e chinchero.
- ✓ **City Tour:** 01 Dia - Procure uma agência para fazer o City Tour nas ruínas de Saqsaywaman, Q'enqo, Puca-Pucara e Tambomachay.
- ✓ Andar pela cidade para conhecer as principais atrações e costumes do povo - 01 Dia
- ✓ **Centro Histórico:** 01 Dia - Mercado de Artesanato, Mercado Municipal, Museus, Igrejas, Praças, Companhia de Jesus e balada nos Pub's: Mama África, Mama Amerika, Extreme, etc.
- ✓ Comprar passagem para Puno.

O que tem pra fazer



Sítios arqueológicos

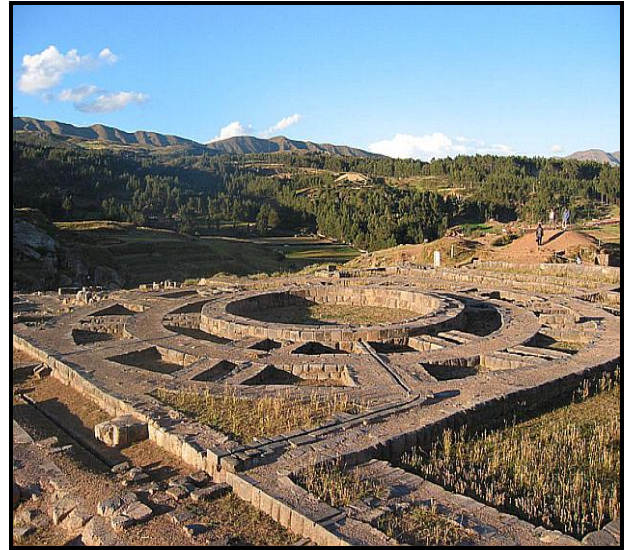
O Peru e principalmente Cusco têm uma infinidade de sítios arqueológicos. Frequentemente, estudiosos encontram novas ruínas de povos pré-colombinos. Assim, sempre é bom reservar um tempo maior para conhecer os principais complexos arqueológicos da região. Nos arredores da cidade, considerada a Capital Arqueológica de América, os principais sítios estão listados abaixo. Alguns deles são atrações do Boleto Turístico de Cusco.

Sacsayhuamán

A apenas dez minutos do centro da cidade, Sacsayhuamán (Falcão Satisfeito em quéchua) permanece há séculos como exemplo da arquitetura incaica. Sua localização e seu estilo foram interpretados por cronistas espanhóis como uma edificação militar. Mas estudiosos hoje também defendem que a construção teve um caráter religioso. No

complexo, destacam-se o templo mais importante do Hanan Qosqo (Cusco de Acima), dedicado à veneração de divindades como Inti (Sol), Quilla (Lua), Chaska (Estrelas) e Illapa (Raio), e a fortaleza de Sacsayhuamán, construída para proteger a cidade de ataques de invasores. O forte é formado por muralhas de rochas de até cinco metros

de altura e 300 toneladas de peso. Hoje, o que se vê em Sacsayhuamán é apenas 20% da sua construção original, pois, com a conquista espanhola, muitos dos impressionantes blocos de pedra foram usados para as edificações da Cusco colonial. Todo dia 24 de junho é celebrada em Sacsayhuamán a festa mais grandiosa e turística de Cusco, chamada de Inti Raymi, a Festa do Sol. A 2 km ao nordeste da cidade de Cusco (dez minutos de carro). Diariamente, das 7h às 18h. É uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Qenko - O nome do pequeno, porém impressionante, conjunto arquitetônico inca significa labirinto em quéchua. Para arqueólogos, a construção de 1500 d.C. foi um local sagrado, onde se realizavam cerimônias para honrar ao Sol, a Lua e as estrelas. O lugar de transcendência ritual é formado pelo setor Intihuatana, feito provavelmente para fins de observação astronômica e por um anfiteatro semicircular, composto por 19 nichos cerimoniais e um monólito de seis metros ao centro, entre outros. Do anfiteatro, e por um labirinto, é possível ingressar nas galerias subterrâneas, assim como em uma sala de sacrifícios. Fica a 3 km ao nordeste da cidade de Cusco (15 minutos de carro). Diariamente, das 7h às 18h. É uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.

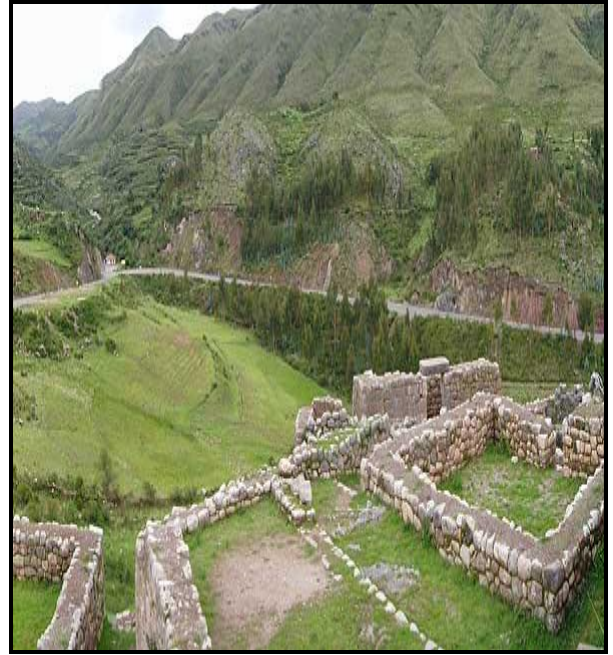


Tambomachay - Tambomachay (em quéchua, tanpu mach'ay, lugar de descanso) foi construído com uma função religiosa vinculada à água e também para que o chefe do Império Inca pudesse descansar. Conhecido popularmente como Baños del Inca, o sítio arqueológico possui uma série de aquedutos, canais e várias cascatas de água que discorrem pelas rochas. Uma curiosidade: de uma cascata principal, os incas criaram duas secundárias exatamente iguais. Ou seja, colocando duas garrafas vazias em cada cascata, elas enchem ao mesmo tempo. A água na região é pura e, diz a lenda,

que ao prová-la, deve-se fazer um pedido aos deuses. A 7,5 km ao noroeste da cidade de Cusco (35 minutos de carro). Diariamente, das 7h às 18h. É uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Pukapukara - A impressionante estrutura de pedra que se levanta sobre o vale de Cusco fica com a cor avermelhada conforme a incidência da luz do Sol. Por isso o nome do lugar, Pukapukara, que significa Forte Vermelho. Especialistas acreditam o sítio arqueológico servia para hospedar a grande comitiva que acompanhava o inca toda vez que ele visitava Tambomachay. O complexo arqueológico possui vários recintos, praças interiores, aquedutos, atalaias e caminhos que serviram como local de descanso e alojamento. A 7 km ao nordeste da cidade de Cusco (30 minutos de carro ou 2 horas a pé). Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Complexo Arqueológico de Tipón - Segundo as lendas incas, Tipón é um dos jardins reais que Wiracocha ordenou construir. Está formado por 12 terraços flanqueados por muros de pedra polidos e enormes plataformas de cultivo, canais e quedas d'água ornamentais. A construção, combinada com a flora do lugar, oferece uma paisagem linda. O lugar está composto por diferentes setores: Tipón propriamente dito, Intiwatana, Pukutuyuj e Pucará, Cruz Moqo, o cemitério de Pitopujio, Hatun Wayq'o, entre outros. A 25 km ao sudeste da cidade de Cusco (45 minutos de carro pela estrada Cusco-Puno). Diariamente,

das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Complexo Arqueológico de Piquillacta - Cidade pré-incaica de cultura huari cujo apogeu foi entre o período de 800 d.C a 1100 d.C. Construída com ruas retas, quadras compridas e edifícios em forma retangular, está rodeada de muralhas e edificações esferóides na zona ocidental. As paredes são altas, feitas com caixas e argamassa de barro e, conforme ascendem, os cimentos vão tornando-se mais finos. A 30 km ao sul da cidade de Cusco. Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Complexo Arqueológico de Raqchi -

Construída no século 15, é considerada pelos estudiosos como uma das construções incas mais audazes. Destaca o Templo de Wiracocha, com cem metros de comprimento e 20 metros de largura, que está composto por muros de adobe suportados sobre cimentos de pedra vulcânica. O complexo compreende também uma região de vivendas destinadas à nobreza inca e dezenas de depósitos circulares para guardar mantimentos. O pequeno povoado do lugar, que vive da agricultura e do artesanato, adaptou suas casas para receber os turistas em um novo programa de turismo vivencial. A 117 km da cidade de Cusco (duas horas de

carro). Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Valle Sagrado

O Valle Sagrado dos Incas, a 15 km ao norte de Cusco, é composto por diferentes rios que descem as ladeiras dos Andes peruanos, monumentos arqueológicos fascinantes e povoados incas que parecem que ainda vivem no tempo da colônia. Devido às suas terras férteis, o vale foi muito apreciado pelos incas, que aproveitaram ao máximo a potencialidade agrícola do lugar. Centros de agricultura foram construídos por toda sua extensão, sendo um dos principais pontos de produção do Império Tahuantinsuyo. Bastante explorados pelo turismo hoje, os principais povoados e sítios arqueológicos do Valle Sagrado estão listados abaixo.

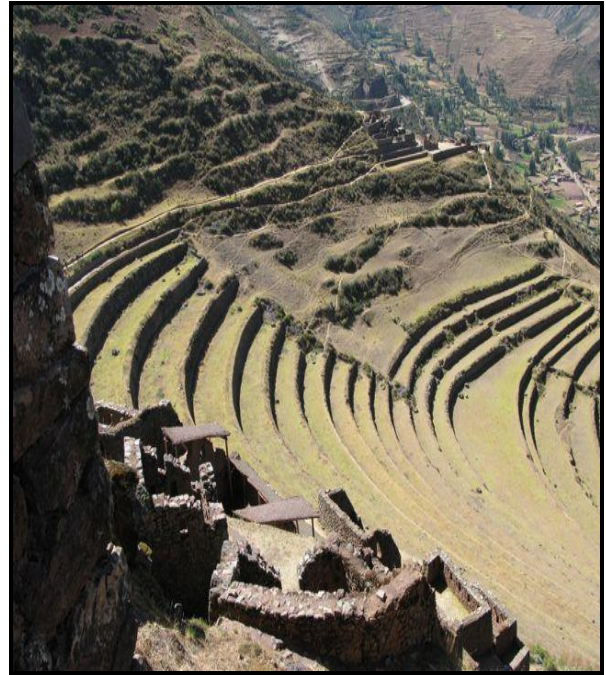
Vale Sagrado Exclusivo: Na Escola de Licenciados de Cusco falar com a recepcionista que quer contratar um guia para nos acompanhar pelo Vale Sagrado. Guia por 60 Soles. 100 Soles do carro para o dia todo. Preço bem justo e o custo-benefício infinitamente maior que o Citytour num ônibus com mais 50 pessoas e sem um guia só pra gente. Outra vantagem bacana é que, saindo mais cedo (antes dos ônibus), pegamos as atrações vazias. Trajeto: Saqsayhuaman - Q'enqo - Pukapukara (que ficam pertinho de cusco e não demora muito pra ver) - Pisac (pelo menos 2,5 horas de visita. Lugar incrível) - Ollantaytambo (1,5 horas de visita.). Fim do tour.

Moray - O pequeno povoado de Maras e as profundas terraças de Moray foram considerados por estudiosos um importante centro de experimentação agrária durante a época do império inca. O lugar é formado por quatro galerias elípticas cavadas sobre a terra denominadas *muyus*, a maior delas com uma profundidade de 45 metros. Estudos afirmam que os diferentes níveis das terraças tinham seu próprio microclima, reproduzindo todos os pisos ecológicos que abarcava o Império Tahuantinsuyo. A 53 quilômetros de Cusco. Diariamente,

das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco



Pisac - É um típico povoado inca que serve como ponto de partida para visitar o Valle Sagrado. Divide-se em duas partes bem distintas: o povoado colonial, junto ao rio, e o complexo arqueológico, suspenso no alto de uma montanha. As ruínas de Pisac estão, sem dúvida, entre as mais espetaculares da região de Cusco, principalmente por conta da harmonia encontrada entre arquitetura e natureza. As construções seculares são vistas em grupos de estruturas arquitetônicas dispersas entre as ladeiras do serro e o seu pico. Arqueólogos acreditam que Pisac foi parte da herança do inca Pachacútec, imperador que ordenou sua edificação. A 32 quilômetros de Cusco. Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Ollantaytambo - Ollantaytambo é um povoado inca que recebeu esse nome em homenagem ao cacique Ollanta, que, segundo a tradição oral, foi duramente castigado por ter se apaixonado por uma princesa filha do inca Pachacútec. Os principais edifícios do sítio arqueológico situado no alto da colina do povoado são: o Templo do Sol, o Mañaracay, o Salão Real, o Incahuatana e os Banhos da Princesa. Na parte superior, encontra-se uma fortaleza construída para proteger o vale das possíveis invasões de etnias selvagens. Uma das zonas mais conservadas do complexo está ao norte da praça Hanan Huacaypata. A 93

quilômetros de Cusco. Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Chincho - O povoado a 3.762 metros sobre o nível do mar foi conhecido pelos incas como o lugar onde nasce o arco-íris. Em Chincho, destaca-se a igreja colonial construída sobre ruínas incas, que guarda maravilhosas telas da Escola Cusquenha de Pintura. Vale uma visita, pois em toda a comunidade existem importantes restos arqueológicos do que foi a casa real de Túpac Inca Yupanqui e um antigo centro agrícola. Todo domingo acontece a tradicional feira do lugar, onde comerciantes e agricultores intercambiam seu produtos. A 28

quilômetros de Cusco. Diariamente, das 7h às 18h. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco



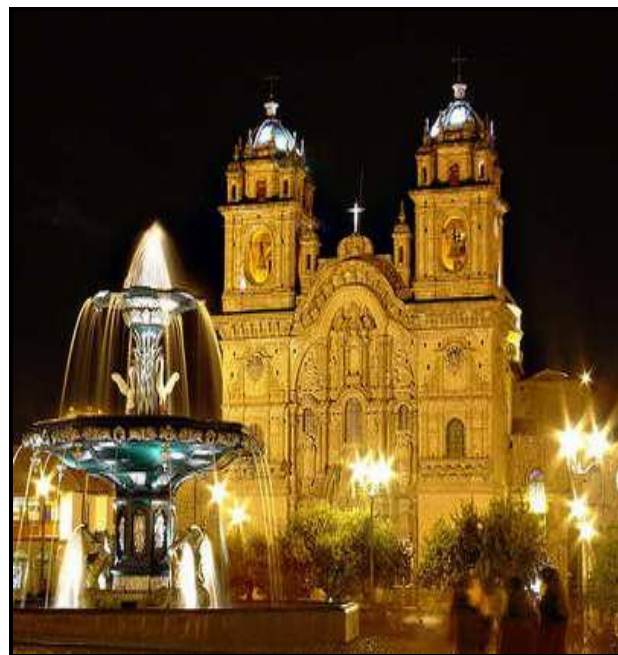


Igrejas e Conventos

Há muitas igrejas e conventos por toda a cidade de Cusco, mas as principais são as listadas abaixo. Algumas são atrações do Boleto Turístico de Cusco.

Catedral - A construção da Catedral de Cusco, localizada na Plaza de Armas, iniciou-se em 1560 e durou mais de cem anos. Os espanhóis levantaram a estrutura principal da igreja sobre o palácio do inca Wiracocha, além de utilizarem muitos blocos de pedra da fortaleza de Sacsayhuamán para a sua edificação. Como uma provocação, os indígenas usados como mão-de-obra deixaram a sua marca para sempre no templo católico. Na representação da "Última Ceia", Judas Iscariotes aparece com o rosto do conquistador espanhol Francisco Pizarro, e o prato servido ao centro da mesa é um cuy assado, espécie de porquinho-da-índia muito apreciado em Cusco desde os tempos dos incas. No coro, também se pode observar que os assentos trazem entalhes que remetem à Pachamama, a Mãe Terra na cosmovisão andina. A obra é um dos maiores exemplos da arquitetura colonial da cidade e da

chamada Escola Cusquenha de pintura, que mistura o barroco europeu e a arte andina. Praça de Armas, s/nº. Diariamente, das 10h às 18h. **Entrada paga para turistas. S/25**



Compañía de Jesús - Em 1571, jesuítas decidiram construir a Compañía de Jesús sobre o Amarucancha, antigo palácio do inca Huayna Cápac. Localizada na Plaza de Armas, junto à Catedral, a igreja é uma das mais belas amostras do estilo barroco andino. Com o terremoto de 1650, o templo religioso passou por um processo de reconstrução que durou até 1688. Destaque para as duas telas perto da porta de entrada principal que representam um dos primeiros casamentos realizados em Cusco: a união da princesa inca Beatriz Clara Coya, filha de Sayri Túpac e Cusi Huaracay, e de Martín García de Loyola, sobrinho de San Ignacio de Loyola, santo que fundou a Compañía de Jesús. Praça de Armas s/nº. Seg. a sáb., das 9h às 11h45 e das 13h às 17h30; dom., das 9h às 10h45 e das 13h às 17h30. **Entrada paga para turistas. S/10**



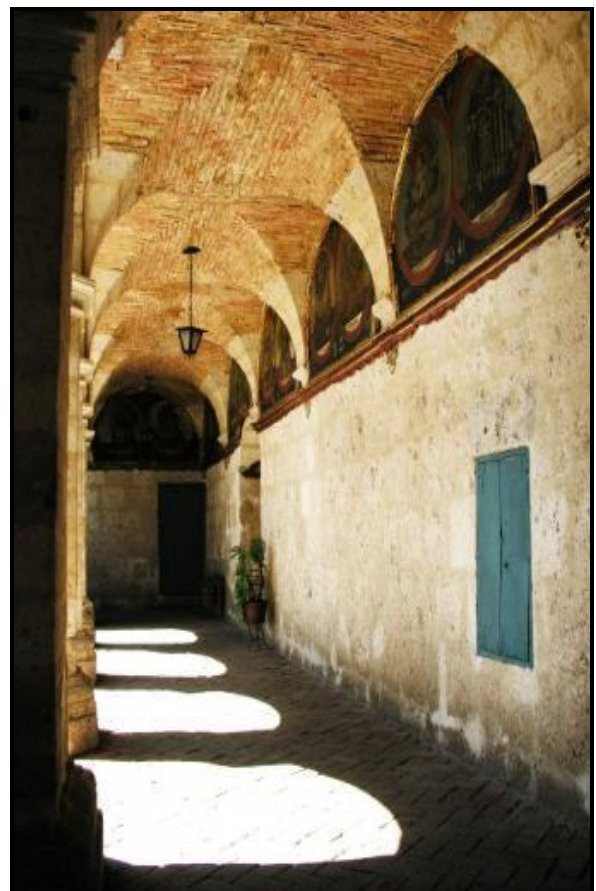
Igreja e Convento de La Merced -

Considerada a terceira igreja colonial mais importante de Cusco (as duas primeiras são a Catedral e a Compañía de Jesús), La Merced foi construída entre os anos 1657 e 1680 com estilo barroco. Em um pequeno salão do Museu do Convento, pode-se apreciar uma das jóias mais valiosas da Cusco colonial (devidamente resguardada): a famosa Custódia de la Merced. De ouro maciço, tem 1,3 m de altura e 22 kg de peso e é coberta com mais de 1.500 brilhantes e 1.600 pérolas e uma grande pérola irregular conhecida como sereia, considerada a segunda maior do mundo. Rua Mantas s/nº. Convento e Museu: Plazoleta Espinar, rua Mantas, s/nº, tel: 51 (84) 231-821. Seg. a sáb., das 8h às 12h e das 14h às 17h. **Entrada paga para turistas.S/5**



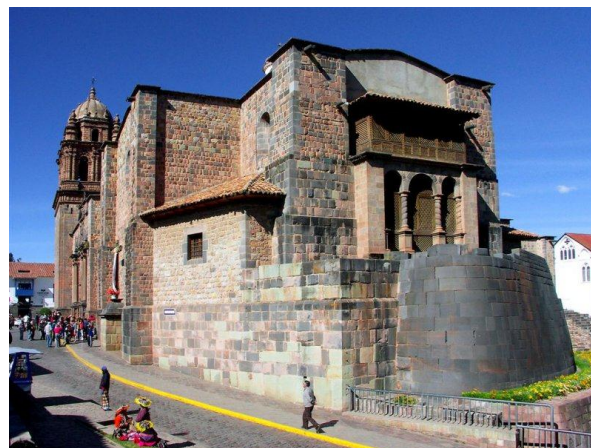
Igreja e Convento de Santa Catalina -

O templo e o convento foram construídos em 1605 sobre o antigo Acllahuasi (Casa das Escolhidas ou Virgens do Sol), uma espécie de monastério andino para mulheres nobres que viviam para o culto ao Deus Sol. Nenhum homem podia vê-las, nem mesmo o próprio inca. A arquitetura que se observa hoje corresponde às últimas etapas do renascimento, caracterizado pelos arcos de estilo romano. O convento abriga um museu que traz exposições de pintura, tecidos, esculturas em madeira, entre outras coisas. Entre as peças mais destacadas estão as pinturas do artista indígena do século 17 Diego Quispe Tito, além de ornamentos religiosos feitos com fio de ouro e prata. Rua Santa Catalina Angosta, s/nº. Visitas somente durante o horário de missa. Convento e Museu: Santa Catalina 190, tel: 51 (84) 226-032. Seg. a sáb. Das 9h às 16h30 (sex., das 9h às 15h). Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Igreja e Convento de San Domingo/Koricancha - Em 1534, os espanhóis construíram a igreja e convento sobre os muros de pedra de Koricancha, uma das edificações mais impressionantes da Cusco incaica e lugar de culto mais importante de todo o império. Diz a lenda que as paredes eram totalmente revestidas com lâminas de ouro, pois foi o principal espaço de adoração ao Deus Sol. Com os terremotos de 1650 e 1950, a igreja teve que ser reconstruída. Na sua entrada hoje, estão expostas fotografias de 1950 que comparam a edificação colonial destruída com os muros de pedra inca que quase não foram atingidos pelo terremoto. O convento possui uma pinacoteca muito valiosa com pinturas dos séculos 17 e 18. Praça Intipampa,

esquina da Avenida El Sol e Rua Santo Domingo. Seg. a sáb., das 8h30 às 18h30; dom., das 14h às 17h. Museu do Templo do Koricancha, avenida El Sol s/nº, tel: 51 (84) 222-071. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Igreja de San Blas - Situada na Praça San Blas e fundada em 1560, a pequena igreja conserva um célebre púlpito de estilo barroco feito somente de uma peça de cedro, considerado uma das obras-primas da escultura em madeira em toda a América Colonial. Uma das primeiras paróquias de Cusco a ser construída por ordem do Virrei Francisco Toledo, a capela guarda em seu interior uma rica coleção de pinturas, onde se sobressai a série "Vida e Milagres de San Blas", assim como a tela "Ressurreição de Lázaro", do mestre cusquenho Diego Quispe Tito. Plazoleta San Blas, s/nº. Seg. a sáb., das 8h às 18h; dom. e

feriados, das 10h às 18h. **Entrada paga para turistas. S/10**



Igreja e Convento de San Francisco - Fundada pelos padres franciscanos em 1645, possui duas fachadas e torre única de canteira de estilo espanhol. No interior do convento, destaca-se uma tela monumental (12 m x 9 m), na qual o artista Juan Espinoza dos Monteiros retrata a genealogia da família franciscana. Além disso, encontram-se obras pictóricas de artistas importantes de Cusco como Diego Quispe Tito, Basílio Santa Cruz, Antonio Sinchi Roca, Marcos Zapata, entre outros. Plaza de San Francisco s/nº. Seg. a sáb., das 9h

às 17h30. **Entrada paga para turistas. S/15**





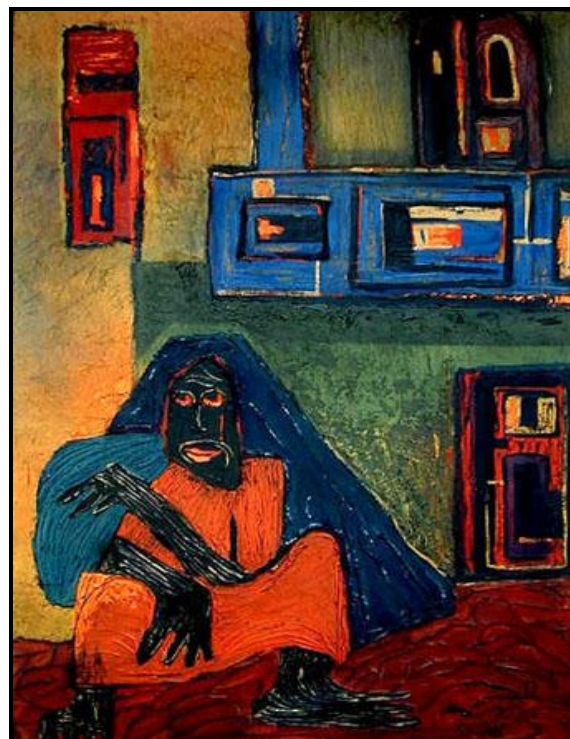
Museus

Alguns dos museus são atrações do Boleto Turístico de Cusco.

Museu de Arte Precolombino - O casarão que abriga hoje o Museu de Arte Precolombino já foi Kancha Inca, em 1450, casa do conquistador Alonso Díaz, em 1580, e residência do conde da Cabrera, em 1850. Desde 2003, o espaço dedica-se a ressaltar a arte das antigas culturas do Peru. O museu reúne em suas 11 salas 450 obras que datam de 1250 a.C. até 1532 d.C., selecionadas dos 45 mil objetos pertencentes ao Museu Arqueológico Larco de Lima. A visita vale pelas salas temáticas das culturas nazca, mochica, huari, chimú, chancay e inca. O local também conta com um ótimo restaurante, joalheria, livraria, loja de artesanato e auditório. Plazoleta Nazarenas, 231, tel: 51 (84) 233-210. Diariamente, das 9h às 22h. **Entrada paga.** www.map.org.pe/



Museu de Arte Contemporânea - Pertencente ao município de Cusco, o museu vem para mostrar que a arte em Cusco não se remonta apenas ao seu passado inca e colonial, mas como também se destaca pela qualidade de produção dos seus artistas contemporâneos. Fundado em 1995, conta com mais de 280 obras em diferentes salas de exposição. Destacam-se 12 vitrines com criações dos artistas cusquenhos Hilário Mendivil, Edilberto Mérida e Antonio Olave. Realiza anualmente mais de 50 exposições temporárias, individuais ou coletivas, de artistas locais, nacionais e estrangeiros. Palácio Municipal, Plazoleta del Regocijo, s/nº, tel: 51 (84) 240-043. Seg. a sex., das 9h às 17h; sáb., das 8h às 13h. www.municusco.gob.pe/museo/galeria.htm. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Museu de Arte Religiosa ou Palácio Arzobispal

- Localizada a uma quadra da Plaza de Armas, a casa, onde hoje funciona o Museu de Arte Religiosa, foi construída sobre as ruínas do Palácio de Inca Roca. O muro é uma obra-prima de pedras gigantes milimetricamente recortadas e encaixadas. Nesta estrutura, destaca-se a chamada "Piedra de los Doce Ângulos", famosa por seu perfeito trabalho e ensambladura de suas esquinas. Durante o período colonial, o casarão pertenceu aos marqueses de San Juan de Buenavista, sendo transformado em museu em 1969. O acervo exposto pelas habitações da casa traz peças religiosas e uma das melhores mostras da pintura cusquenha, como importantes obras de Juan Zapata e outros mestres andinos. Esquina das ruas Hatunrumiyoc e Herrajes, no antigo Palácio Arzobispal, tel: 51 (84) 222-781. Seg. a sáb., das 8h às 11h30 e das 15h às 17h30.



Museu Inka ou Palácio do Almirante

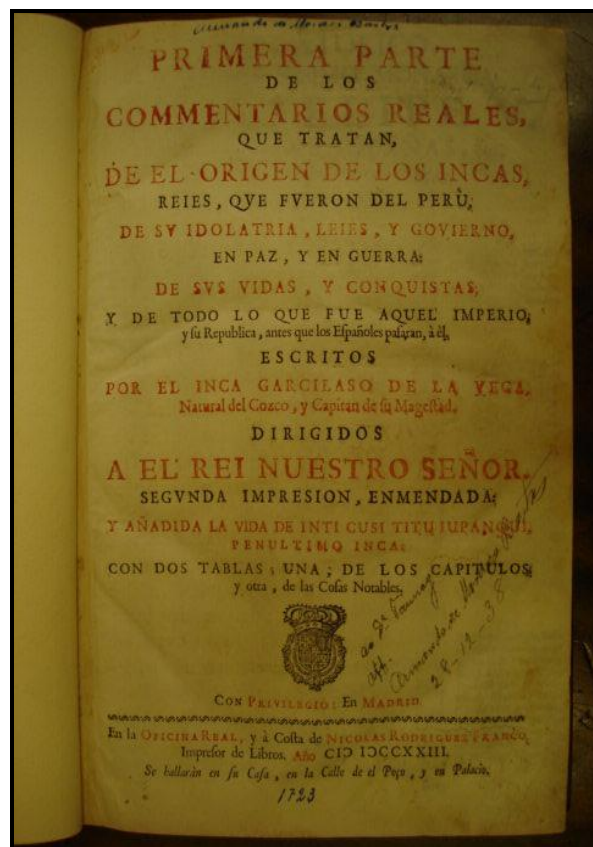
- A casa construída no início de século 17 pelo almirante espanhol Francisco Alderete Maldonado abriga hoje uma importante coleção arqueológica da cultura inca, que inclui, entre outros, peças de cerâmica, objetos em ouro e prata, tecidos e impressionantes múmias. O acervo também apresenta uma mostra da pintura da Escola Cusquenha, em que predominam os retratos de incas. Localizado a uma quadra da Plaza de Armas, o museu pertence à Universidade Nacional San Antonio Abad de Cusco. É possível contratar um guia na entrada do local para um tour detalhado de aproximadamente uma hora. Rua Cuesta del Almirante, 153 (esquina com a rua

Ataúd). Tel: 51 (84) 237-380. Seg. a sex., das 8h às 18h; sáb. e feriados, das 9h às 16h. **Entrada paga.**



Museu de História Natural - Sustentado pela Universidade San Antonio Abad, traz mostras geológicas e paleontológicas de Cusco e seus arredores, assim como espécies representativas da diversidade biológica da região. Uma visita detalhada com a orientação de um guia-biólogo costuma durar meia hora. Paraninfo Universitário, Plaza de Armas. Seg. a sex, das 9h às 12h e das 15h às 18h. **Entrada paga.**

Museu de História Regional ou Casa do Inca Garcilaso de La Vega - Um dos museus mais visitados de Cusco ocupa a casa natal do célebre escritor Garcilaso de la Vega, filho do capitão espanhol Sebastián Garcilaso de la Vega e da princesa cusquenha Chimpú Ocllo. Considerado o "primeiro mestiço biológico e espiritual da América", é autor das obras "Comentarios Reales" e "La Florida del Inca", ambas impulsionadas pela necessidade de resgatar a história do Império Inca. Desde 1946, o museu reúne valiosos documentos históricos, uma coleção de telas da Escuela Cusquenha de Pintura, variadas peças do período pré-inca, como cerâmicas, ferramentas de trabalho, instrumentos musicais e tecidos, objetos metálicos da época colonial e uma sala com exposições itinerantes de arte contemporânea. Rua Heladeros s/nº (esquina com a rua Garcilaso), tel: 51 (84) 223-245. Seg. a sáb, das 9h às 17h30. Uma das atrações do Boleto Turístico de Cusco.



Gastronomia

Restaurantes para todos os tipos de bolsos e que oferecem uma carta diversificada, bom serviço e um tempero especial não faltam na antiga capital dos incas. Com tanta variedade, a competição também é grande. Em uma breve caminhada pelas ruas do centro, principalmente nos arredores da Plaza de Armas, os turistas são abordados várias vezes pelos funcionários dos estabelecimentos que os convidam a entrar.

Para um bom café da manhã, não hesite em conhecer um clássico de Cusco. O **Café Ayllu** (portal Carnes, 208, Plaza de Armas, tel: 51 84 232-357) é como um "point" da intelectualidade cusquenha de esquerda desde 1970. Há boatos de que o lugar será vendido para uma dessas redes internacionais de comida rápida. O local serve uma deliciosa empanada e um maravilhoso strudel de maçã. Outro bom café da cidade, ideal para aquele lanchinho no meio da tarde, é o **Jack's Café** (Choquechaca, 188, tel: 51 84 806-960), que oferece lanches incrementados e está sempre lotado de gente jovem e turista.

Entre as opções de restaurantes internacionais, **Cicciolina** (Rua Triunfo, 393, Segundo Piso, tel: 51 84 239-510), e **Incanto** (Santa Catalina, 135, tel: 51 84 254-753), proporcionam a melhor comida italiana de Cusco. Em temporada alta, recomenda-se fazer reserva para comer nesses dois lugares. Já para conhecer a chamada comida *fusión*, que mistura a culinária andina com receitas do mundo todo, o restaurante do **Museu de Arte Precolombino** (plazoleta Nazarenas, 231, www.map.org.pe/) é o mais recomendado.

Um vegetariano é uma ótima opção até para quem adora carne: **El Encuentro**, comida boa, barata e com dois endereços no centro (rua Santa Catalina Ancha, 384, e Choquechaca, 136). Nessa linha saudável, mas não propriamente vegetariana, um lugar

se especializou em preparar seus pratos só com alimentos orgânicos: **Greens** (Santa Catalina Angosta, 135, segundo piso), com receitas sofisticadas influenciadas pela culinária andina, criolla, tailandesa, indiana e tudo que tem de bom.

Mas para provar o verdadeiro tempero andino de Cusco, há que ir até as tradicionais *chicherías* e *picanterías* da cidade. São locais bem simples, estilo "pé sujo", que servem pratos tipicamente cusquenhos. Na **La Chomba** (Tullumayu, 339; tel: 51 (84) 235-700), o **Chicharron con Mote**, uma carne de porco cozida em sua própria gordura servida com mote, o **Chuño Cola**, sopa de carne com arroz, grão-de-bico e fécula de batata, e o **Tamal**, massa de milho seca cozida no vapor e envolvida na folha do milho, são algumas das receitas que fazem sucesso entre os nativos.

A bebida mais popular nas *chicherías*, obviamente, é a famosa *chicha de jora*, bebida alcoólica a base de milho fermentado. Mas, para provar a chicha, há um lugar especial. Todos os sábados, Edwin Chaves (rua Três Cruces de Oro, 380) um artista plástico que tem muita história para contar, organiza em sua casa/ateliê chichadas com música e poesia. O local se transformou no ponto de encontro do povo local que faz arte e trabalha com cultura.

Outro lugar para apreciar a variada, saborosa e extravagante comida peruana são as Quintas. Em Cusco, **La Quinta Eulália** (Rua Choquechaca, 384, tel: 51 84 241-380) é o endereço perfeito para comer um *cuy assado*, uma espécie de porquinho-da-índia, ao forno, enfeitado com rodela de batatas e temperado com ervas finas. Os chefs fazem questão de manter a forma do bicho, deixando à mostra sua cabeça, corpo e patas. Se parecer muito bizarro, o turista pode provar a carne da alpaca, animal parecido com a lhama, muito comum na região. Não é uma picanha, mas, conforme a maneira que é preparada, pode proporcionar ricos sabores. Tem também o famoso *pollo a la brasa*, frango assado com batatas fritas que é uma verdadeira mania no Peru.



Aventura

Há muitas excursões que aliam cultura, natureza e aventura, promovidas pelas centenas de agências de turismo de Cusco. Entre elas, destacam-se:

Caminho Inca e Machu Picchu - Considerado um dos dez melhores trekkings do mundo, o Caminho Inca é uma aventura que leva o turista a percorrer a rota dos antigos habitantes andinos. O percurso de Cusco até a cidade sagrada Machu Picchu faz parte da rede de caminhos que uniam os principais centros administrativos e religiosos do império inca. Veja mais detalhes do trekking no [Guia de Destinos de Machu Picchu](#). Para sugestões de agências de turismo especializadas que operam o Caminho Inca e em outros trekkings pela região de Cusco, acesse www.enigmaperu.com.



Ciclismo no Valle Sagrado - Das várias excursões de bike promovidas pelas agências de Cusco, uma delas é especial: um passeio de bicicleta pelo Valle Sagrado dos Incas, que oferece a combinação perfeita de aventura e cultura. Pelo caminho, picos nevados

glaciares, ruínas pré-hispânicas, típicos povoados incas e a paisagem de encontro dos Andes com a floresta amazônica. Há roteiros mais curtos, de um ou dois dias, e também circuitos mais largos, de três até cinco dias. A temporada ideal para o passeio é na época mais seca, entre abril e novembro. Agências especializadas que operam o passeio: www.loretotours.com e www.perudiscovery.com.

Andinismo no Nevado de Ausangate -

Um dos trekkings mais conhecidos de Cusco é um passeio pela zona de Ausangate, a montanha mais alta do sul do Peru. Na mitologia inca, o nevado a 6.372 metros sobre o nível do mar é conhecido como Apu Ausangate, que está no topo da hierarquia das entidades sagradas dos povos andinos. No trekking, o turista terá a oportunidade de conhecer impressionantes picos nevados, lagunas glaciares e comunidades nativas que vivem acima dos 4.000 msnm (metros sobre o nível do mar), atendendo seus rebanhos de lhamas e alpacas. A parte mais alta da caminhada é a 5.200 metros de altitude, denominada Alto Palomani. Há empresas que também oferecem escaladas pelos glaciares de mais 6.000 msnm da região,

ainda pouco explorados pelos profissionais da altura. Agências especializadas que operam o passeio: www.auqui.com e www.explorandes.com.



A Amazônia do Parque Estadual de Manu - Com aproximadamente 20 mil quilômetros quadrados, o parque é um dos melhores lugares da América do Sul para se observar uma grande variedade de espécies de flora e fauna. O lugar é uma das zonas que estão praticamente intactas na Amazônia peruana, abrigando grupos indígenas sem, ou com muito pouco, contato com a sociedade moderna. O lugar é muito procurado pelos turistas que viajam exclusivamente para observar as diferentes espécies de aves, os chamados *birdwatching*, em inglês. Esse tipo de turismo vem crescendo a cada ano no Peru, que está entre os países com a maior biodiversidade de aves do mundo. Agências especializadas que operam o passeio: www.manuexpeditions.com e www.manuadventures.com.



Compras e artesanato

Ir às compras na capital dos incas é um programa que não exige muito esforço. É só colocar o pé na rua e andar menos de um quarteirão, que os diferentes tipos de lojas e ambulantes aparecem em menos de um segundo para você. Sabe aqueles típicos ponchos e gorros coloridos *made in Peru*? São vendidos por todos os lados da cidade, mas comprados, principalmente, nas noites geladas, em que adquiri-los significa mais que levar uma lembrancinha do lugar.

Mas o artesanato de Cusco não se resume à tradicional vestimenta andina feita de lã de alpaca e usada para espantar o frio. Tecido, pintura, cerâmica, prataria, marcenaria. Há, na verdade, uma diversidade imensa de expressões e estilos dentro da produção artesanal e artística cusquenha. Por isso, vale deixar uma grana separada da viagem para o consumo da arte local.

O governo municipal opera o **Centro Artesanal Cusco** (esquina das avenidas Tullumayo e El Sol), onde há 340 postos para vendedores de artesanato. Têm de tudo, roupas, bolsas, sapatos, quadros, bijuteria, e tudo com um preço em conta. Já o **Centro para Textiles Tradicionales de Cusco**, uma organização sem fins lucrativos dedicada a preservar a arte tradicional de tecer (Avenida El Sol, 603, tel: 51 84 228-117, www.textilescusco.org) é uma boa oportunidade para o turista ver os tecidos sendo feitos a mão pelos artesões.

A **Casa Ecológica** (Rua Triunfo, 393, tel: 51 (84) 255-646, www.casaecologicacusco.com) é uma empresa privada que trabalha diretamente com as comunidades. A idéia é incentivar as populações campesinas a produzirem diferentes tipos de produtos ecológicos, como alimentos orgânicos, medicina natural e artesanato tradicional, inserindo-os no mercado.

Mas são nas ruas estreitas e empinadas de San Blas que se pode encontrar uma arte mais autoral. Conhecido como o Bairro dos Artesões, o lugar é cheio de ateliês de artistas cusquenhos. A antiga casa do famoso e falecido artista religioso peruano Hilário Mendivil (plazoleta San Blas, 634, tel: 51 84 232-231), transformada hoje em loja e museu, é imperdível. Vale para ver e comprar as esculturas da Virgem Maria com o pescoço alargado, uma característica inconfundível do artista.



Vida noturna

Cusco é uma festa. Toda noite há algo interessante para se fazer. Os diversos bares, cafés, pubs, discotecas, restaurantes e lounges da cidade lotam, principalmente na alta temporada (junho a setembro). Pessoas de diferentes idades, estilos e países saem para as ruas para se divertir e se conhecer.

Happy hours são prática quase institucional na antiga capital dos incas. Entre o período das 19h às 22h, quase todos os lugares fazem promoções do tipo "pague uma e leve duas cusquenhass", a cerveja mais popular do Peru. O **Los Perros** (Rua Tecsecocha, 436, tel: 51 84 241-477) é um dos lugares mais procurados para começar a agitada noite da cidade. No bar, freqüentado por gringos e limenhos, há excelente música e deliciosos comes e bebes.

Outra opção para tomar uma e outras é o **KM 0** (rua Tandapata, 100, www.km0cusco.com), localizado em San Blas, bairro dos artistas e boêmios da cidade. O bar oferece música jovem ao vivo, funcionando também como galeria de arte e espaço de exposição de artesanato. Para o público mais velho, o **Bar Cusco** (Heladeros, 150, esquina com a praça Regocijo) é um programa interessante. Fundado em 1945, o bar do extinto hotel Turístico de Cusco tem uma decoração estilo anos 50 e serve um *pisco sour* seco, como manda a tradição do típico drinque peruano.

Um lugar diferente de tudo se chama **Fallen Angel** (plazoleta Nazarenas, 221, www.fallenangelincusco.com). Uma casa colonial do século 17 foi decorada por dentro com o que há de mais moderno, kitsch e gay nesse mundo. Pendurados pelo teto do lugar, bolas estroboscópicas, estrelas iluminadas e anjos de todos os tipos e formas chamam a atenção de quem decidiu conhecer o exótico lugar. Um sofá em forma de coração e uma mesa, que tem uma banheira cheia de peixinhos como base, é perfeita para tomar um coquetel com os amigos. O bar-restaurant também expõe obras de artistas contemporâneos.

Dançar até altas horas da noite e, quem sabe, até o Sol nascer parece um programa obrigatório para se fazer em Cusco. A partir das dez horas da noite começa um verdadeiro entra-e-sai de gente pelas discotecas que estão no entorno da Plaza de Armas.

Observações:

- ✓ O Serviço de Proteção ao Turista que fica na Avenida do Sol, logo na primeira ou segunda quadra no início da avenida, próximo a Praça de Armas. É o principal escritório de turismo de Cusco. O pessoal é bastante atencioso e as dicas muito úteis. Neste lugar vamos comprar o "Boleto Turístico Del Cusco" (S/130-inteira) É obrigatório, pq não é possível entrar em alguns lugares sem o bilhete. Pergunte onde fica o local para comprar os bilhetes de entrada em MP (40USD-inteira). Fica bem pertinho dali. Sugiro resolver isso logo para poder curtir a cidade.
- ✓ Estando em Cuzco procure a Polícia Turística para recebe qualquer tipo de informações que necessitar. Eles são prestativos e bem informados, nos ajudam muito, acompanhando-nos ao hotel, negociando preços com agência de tour, nos levam à estação de trem para comprar os bilhetes para viagem até Águas Calientes, enfim são ótimos!...quando querem...rsrs
- ✓ Separar um dia pra caminhar pela cidade e visitar os museus que estão incluídos no boleto turístico. Subindo a rua que fica do lado direito da Catedral vamos chegar a Praça de San Blas (OBS: Nessa rua fica a pedra dos 12 ângulos). O lugar é muito legal. Nessa praça fica o restaurante Pacha Papa (bom e barato).
- ✓ Chegando a Cuzco, várias pessoas vão te oferecer panfletos de albergues/hotéis, pegue-os, mas não confie (pode ser golpe); pegue um táxi e vá direto para a Plaza de Armas, de lá, ande pelas ruas mais próximas e comece a pechinchar os preços dos albergues/hostel;
- ✓ Para trocar dinheiro, há diversas casas de cambio na Av. El Sol.
- ✓ Tudo acontece na Plaza, procure se hospedar o mais próximo possível. (do Terminal até a Plaza de Armas, o valor da corrida é S/3,00, não pague mais, ande até a rua fora da rodoviária para pegar o táxi; a noite o preço pode subir até s/8,00).
- ✓ City Tour - que é pouco 'city', uma vez que visitava a Catedral e o Convento de Santo Domingo e depois saía da cidade pra visitar os sítios arqueológicos mais próximos, como Saqsaywaman, onde se realiza a festa do Inti Raimi. Como é o primeiro que a maioria faz, é bem didático. Muito bom! Dura uma manhã ou uma tarde.
- ✓ Vale Sagrado - visita umas ruínas mais distantes. É um tour longo, dura umas 10 horas, têm muitas paradas para visitar as ruínas e exige um esforço razoável pra subir e descer escadas e rampas para as ruínas. Dura o dia todo.
- ✓ Em Cusco tem que se reservar (além do dia em Machu Picchu) outros 02 dias para os tours básicos (01 o dia todo e outro só meio dia)! É melhor fazer esses tours antes de ir pra Machu Picchu, na volta de MP dá pra aproveitar o resto da tarde antes de embarcar para Puno curtindo a cidade.
Fora isso, vc tem que reservar no mínimo 01 ou 02 dias pra curtir a cidade de Cusco em si, que é demais! No tempo livre em Cusco vc vai poder visitar alguns museus que estão incluídos no Boleto Turístico!
- ✓ E à noite tem a parada obrigatória no Mamma Africa e nos outros barzinhos da Plaza!
- ✓ De resto é só caminhar sem rumo pelas ruas e curtir a arquitetura e as pessoas locais e do mundo todo que vc vai encontrar!
- ✓ Qorikancha (Convento de Santo Domingo Del Cusco) = S/ 10
- ✓ Rafting = US\$ 25 (das 09h00min as 17h00min).

Boleto Turístico de Cusco - <http://www.boletoturisticoCUSCO.com/>

Um boleto completo permite visitar 16 atrações entre museus e centros arqueológicos, valendo por dez dias; as três opções de boletos parciais incluem menos atrações e são válidas só por um dia (circuito 1 e 2) e dois dias (circuito 3). Analisando pela relação custo e benefício, os boletos não são caros e sai muito mais em conta do que comprar os bilhetes de entrada de cada lugar separadamente. O Boleto integral custa 130 Soles e os Circuitos 70 Soles cada.

Atrações do boleto:

- Igreja e Convento de Santa Catalina
- Igreja e Convento de San Domingo/Koricancha
- Sacsayhuamán
- Qenko
- Tambomachay
- Pukapukara
- Complexo Arqueológico de Tipón
- Complexo Arqueológico de Piquillacta
- Complexo Arqueológico de Raqchi
- Pisac
- Ollantaytambo
- Chinchero
- Moray
- Museu de Arte Contemporânea
- Museu de História Regional ou Casa do Inca Garcilaso de La Veja

Boleto Turístico Del Cusco

Av. Sol 103 Of. 102 Galerías Turísticas

Telefax: 051-84-261465

E-mail: info@cosituc.gob.pe

COMO IR PARA MACHU PICCHU:

Existem várias opções para se realizar esse trajeto:

1ª – Trilha Inca (US\$ 370,00):

Trilha de 04 dias e 03 noites, geralmente feita com reserva, custa por volta de US\$250,00. A trilha é repleta de ruínas incas nos seus 40 km de extensão, variando de 2400 até 4200 mts de altitude.

Agencia: Mystic Lands Adventures

Contato: Julio Cesar chacon carreño - "conhecico como Coco" é o dono da agencia

e-mail: mysticlandsadventures@hotmail.com

Inclui:

- Translado.
- Transporte ate o Km. 82.
- Ingresso ao parque e Machupicchu.
- Alimentação 03 café de manha, 03 almoços e 03 jantares.
- Barracas, isolantes (isolante carrega o turista)
- Carregadores solo p/ alimentos e barracas - Botequim de primeiros socorros +

Oxigeno
 Serviço de guia
 Bus de decida: Machupicchu - Águas Calientes.
 Trem de volta para Cusco.

2ª – Trilha “Alternativa” Salkantay (U\$\$ 290,00):

Mais barata, porém não é a trilha tradicional, mas também possui belas paisagens; geralmente não precisa de reservas, mas assim como a Trilha Inca, deve ser feita com agência autorizada. Dura 05 dias e 04 noites. Assim com a trilha Inca tradicional está tudo incluso no pacote.

3ª – Trem PeruRail (U\$\$ 185,00):

É o jeito mais utilizado para quem tem pouco tempo; você não precisa de agência; pode comprar o ticket do trem em uma das Estações, com um dia de antecedência (no mínimo). O trem demora 4 horas para chegar a Aguas Calientes e mais 4 horas para voltar para Cusco, nesse caso, você terá apenas 4 horas para ficar em Machu Picchu. Nessa opção o valor total é de US\$185,00, incluindo ingresso para Machu Picchu (s/152,00), o Trem (US\$ 112,00) e Ônibus Águas Calientes/MP (US\$12,00 ida e volta) Águas Calientes/Machu Picchu/Águas Calientes.

4ª – Bus/ Trem (U\$\$ 185,00):

É a opção mais complexa, mas ao mesmo tempo é a mais indicada para mochileiros de orçamento apertado que queiram aproveitar mais tempo Machu Picchu. Essa opção pode ser feita por conta e também por agência, mas ambas ficam no mesmo valor, devido aos benefícios das agências perante o INC. O lance é: terminando o tour pelo Vale Sagrado em Ollantaytambo, dá pra caminhar tranquilo das ruínas de Ollantaytambo até a estação de trem. Dependendo do horário do trem, a gente pode ficar mais tempo ali (depois que terminar o tour) ou pedir para que o motorista nos deixe na estação e de lá pegar o trem (PeruRail) para Águas Calientes (no horário em que o trem está vazio, indo buscar os turistas, por isso preço mais barato – 21h). Dormir em Águas Calientes, visitar Machu Picchu, dormir de novo em Águas Calientes e só no outro dia, pela manhã, voltar a Cusco, pegando o trem até Ollantaytambo (quando o trem esta retornando vazio, pois acabara de deixar turistas em Águas Calientes). Nesse caso, o preço sairá por volta de US\$185,00, incluindo tudo, até a hospedagem em Aguas Calientes (s/70,00), entrada p/ MP (s/152,00), trem (U\$\$ 82,00), Ônibus Águas Calientes/MP (ida e volta –U\$\$ 12,00) + Ollantaytambo/Cusco e/ou van (s/ 15,00), etc. A grande vantagem nessa opção é que você poderá acordar cedo em Águas Calientes, aproveitar o dia inteiro em MP, e retornar a Águas Calientes só no final da tarde.

5ª - Trilha “Alternativa” Hidrelétrica (U\$\$ 165,00):

A maioria sabe que existem duas maneiras mais conhecidas de se chegar até Machu Pichu. Uma delas é pelas Trilhas Inca ou Salkantay e a outra é pegar o trem saindo de Cusco ou Ollamtaytambo até Aguas Calientes. Mas existe outro modo de se chegar até Aguas Calientes. É um caminho pouco conhecido, mas financeiramente sai muito em conta e possui belas paisagens. Segue descritivo:

1º - Ir ao TERMINAL SANTIAGO em Cusco. 2º - Comprar para o dia seguinte uma passagem de ônibus para SANTA MARIA (20 soles – saída às 20H) 3º – Chegando em SANTA MARIA por volta de 2:30 da manhã. Logo que descer do ônibus já tem umas vans

esperando para seguirmos para SANTA TEREZA (s/10). As vans saem um pouco antes das 4 horas da manha, pois segundo o motorista a estrada tem muitas curvas e quanto mais tarde maior a claridade. Custam 10 soles. 4º – Chega-se em SANTA TEREZA por volta de 7 horas da manhã. Assim que chegar tem umas vans indo para a HIDRELÉTRICA que custam 05 soles (de SANTA TEREZA até a HIDRELÉTRICA caminhando são cerca de 02h30min a 3 horas. Qualquer pessoa em SANTA TEREZA te informa onde começa essa trilha e ela é bem tranqüila sem grandes declividades e dificuldades.). 5º Ao chegar a HIDRELÉTRICA a única maneira para chegar a AGUAS CALIENTES é caminhando pela linha do trem. Essa linha é a do trem que sai de Cusco. Da HIDRELÉTRICA até AGUAS CALIENTES são cerca de 02h30min a 3 horas de caminhada. A caminhada é toda feita em cima da linha do trem. 7º – Chegaremos a AGUAS CALIENTES por volta de 12h30minh. Passamos o dia lá, dormimos e no dia seguinte vamos para MACHU PICCHU.

Ao contrário do que muitos pensam esse caminho não tem nada “por baixo dos panos”. O caminho só não é explorado comercialmente e muito pouco divulgado. Existem muitos mochileiros fazendo essa rota.

Opções de hospedagem:

Hospedagem Casa Grande - Rua ao lado da Plaza das Armas. 23 soles o quarto com banheiro privado. Oferece desayuno e serviço de lavanderia paga a parte.

Hospedaje Tambo de Monteiro - A 02 quadras da Plaza na frente da Policia Turistica, um lugar super perto, seguro e limpo e o melhor por um quarto com privado com banheiro. 25 soles, com banheiro compartilhado 20 soles.

Hotel Qorikancha - C. Matara 261, fone 221.991. 1p US\$12/20 (alta temporada/tabela), 2p US\$20/35, 3p US\$ 30/50. Café americano incluído, quartos com banheiro privativo. Tem bar, lavanderia. Sem sofisticação, é limpinho, simpático

Hostal Ayllu Real - C. Matara 239, fone 222.499.

1p US\$15/35 (tarifas praticadas/tabela), 2p US\$20/45, 3p US\$ 30/55. Café incluído, banheiro privativo, TV a cabo por + US\$ 3 e lavanderia por US\$1,15 o quilo.

Hostal La Casa de mi Abuelo - Rua nueva, 785, fone 229.396-232.242, falar com Sonia (e-mail: lacasasemiabuelo@terra.com.br). Quem indicou foi Thiago Thales, Vinicius, Marcelo Eric, Lucas. (Tem DVD, ducha quente, cama confortável, bom atendimento, fica um pouco fora do centro, mas vale à pena).

Don Quijote - 15 Soles - banho privado

Hostal Pirwa - 15 soles = 10 reais, perto da igreja de San Francisco.

Hostal La Casa Escondida - Calle Pumamarco, 635

Hostal El Chaski Portal Confiturias - 257 Plaza de armas 15 soles 084-222691

The Point Cusco, Meson de La Mstrella 172 Quartos Desde: \$7.00

Samay Wasi Youth Hostels-Cusco - Calle Atoqsaycuchi No.416 San Blas. \$7.41

Hospedaje Turistico Recoleta - Jiron Pumacahua 160 Quartos Desde:\$10.00

Casa de La Gringa - Esquina Tandapata com Pasnapacana 148, San Blas. \$11.00

LOKI Backpacker Hostel - Cuesta Santa Ana #601 Quartos Desde: \$6.80

Hostal San Juan Masías - Fica no mesmo lugar que um colégio de moças e é comandado por freiras. Um lugar MUITO limpo e confortável, mas não fica no centro (perto) (s/50).

Outros:

<http://www.inkarrihostal.com/nosotros.php>

<http://www.hostalmarani.com/espanol.htm>

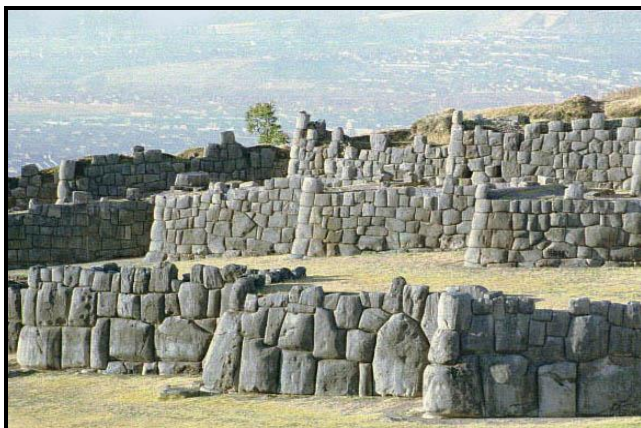
<http://www.amaruhostal.com/espanol/ubica-google.php>

<http://www.hotelmtambo.com/habitacion.html>

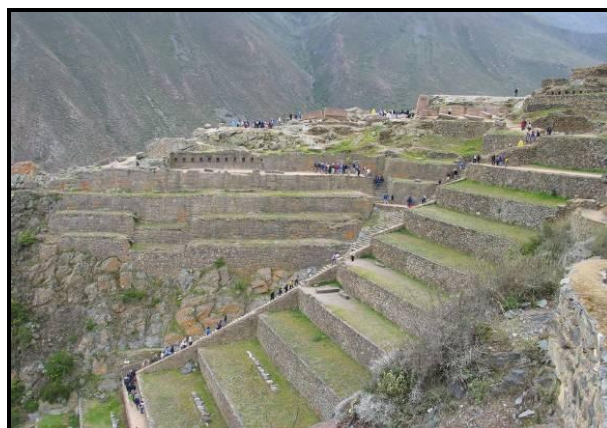
<http://www.hotelincawasi.com/web/habitacionesing.htm>

<http://www.hostalwasichay.com/link-ser.htm>

<http://www.cuscoperuhotel.com/portuguese/index.aspx>



Saqsaywaman



Ollantaytambo



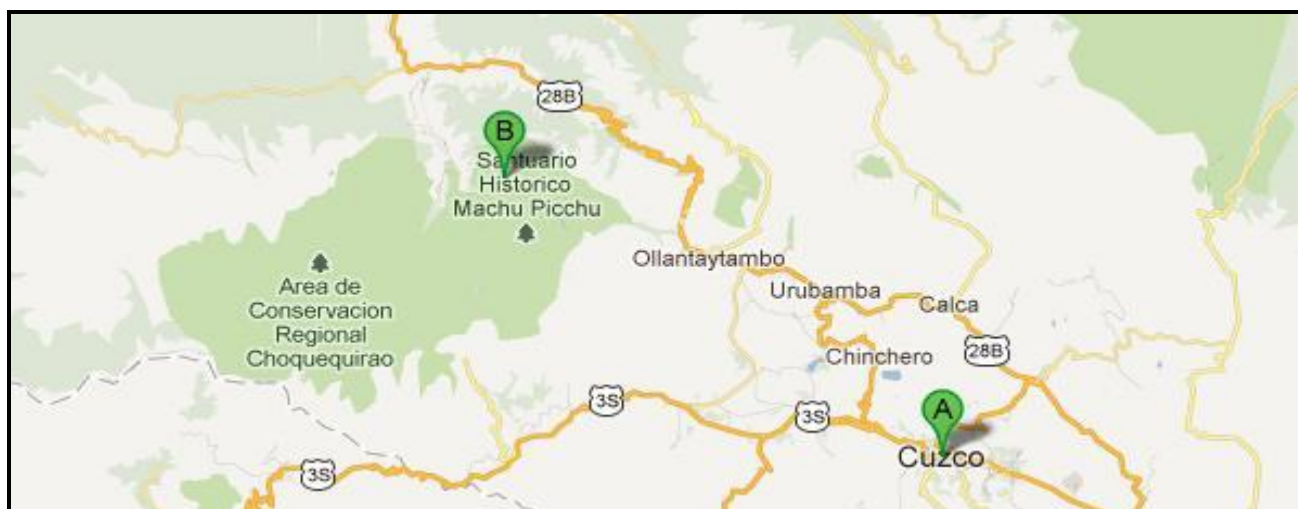
Catedral (Plaza de Armas)



Companhia de Jesus (Plaza de Armas)

- Cuzco p/ Puno: \pm 7hs de viagem
- Cuzco – Águas Calientes –Machu Picchu (ver opções acima)

Transporte:	S/ 258 (AC + Puno)	Tur Peru / www.perurail.com (Ollanta>AC>Ollanta)	U\$ 97,35
Alimentação:	S/ 78	Calculo de 6 refeições de +/- S/ 13	U\$ 29,43
Hospedagem:	S/ 100	Preço médio dos hostels	U\$ 37,73
Passeios	S/ 225	Boleto Turístico + Vale Sagrado + City Tour + 4 atrações pagas à parte	U\$ 84,91
Compras:	S/ 100	Compras p/MP + Balada	U\$ 37,73
TOTAL:	S/ 761		U\$ 287,15





ÁGUAS CALIENTES

www.aguas-calientes.com

Objetivos:

- ✓ Banhos Termais
- ✓ Machu Picchu
- ✓ Huayna Picchu

Um pouco da cidade:

A maioria dos visitantes de Machu Picchu prefere ficar hospedado em Cusco, repleta de atrações turísticas, apesar da pacata e charmosa Águas Calientes, que serve de apoio logístico ao Santuário Histórico, ser uma boa dica para uma ou mais noites de puro sossego.

Dormir no vilarejo, também conhecido como Machu Picchu Pueblo, significa descansar depois da caminhada de vários dias pela trilha inca. Ou visitar bem cedo as ruínas, evitando o tumulto do final da manhã com a chegada dos passageiros que desembarcam diariamente pelo trem.

É de Águas Calientes que parte todos os dias, a partir da 5h30 da manhã e a cada 15 minutos, o ônibus que sobe 700 metros de altitude para levar os visitantes ao Santuário Histórico.

A comunidade, localizada a 110 quilômetros da capital inca, oferece aos viajantes serviços de hospedagem, restaurante, bar, farmácia, Internet, casa de câmbio, caixa automático e posto policial e de saúde para casos de emergência.

O mercado de artesanato da pequena cidade é um dos mais importantes centros de exposição e comercialização de produtos artesanais da região de Cusco. Artesãos de diferentes comunidades campesinas e, inclusive, de outras zonas andinas do Peru, trazem seus produtos aos turistas de Machu Picchu. Porém é tudo muito caro, os mesmos regalos e lembrancinhas podem ser comprados na feira de artesões de Cusco por valores bem mais justos.

Águas Calientes, como o próprio nome sugere, possui agradáveis piscinas naturais de água quente a apenas 15 minutos de caminhada da sua praça principal. Conhecidas por suas propriedades medicinais são chamadas de Baños Termales, em castelhano, e foram acondicionadas especialmente para o uso recreativo da população e dos turistas.



Trem

Os trilhos que unem os mais de cem quilômetros entre as estações San Pedro, em Cusco, e Puente Ruinas, em Águas Calientes, ao pé do Santuário Histórico, não foram construídos pelos incas, mas também merecem admiração.

A viagem de trem, além de ser a maneira mais fácil e popular de chegar à cidade perdida dos incas, é perfeita para o viajante relaxar antes e depois do sobe-e-desce pelas ladeiras das ruínas sagradas.

Durante quase quatro horas de viagem, o turista tem a oportunidade de apreciar um verdadeiro espetáculo da natureza pela janelinha. O cenário cinza e seco das alturas serranas vai pouco a pouco dando espaço à vegetação colorida da selva. Entre uma cochilada e outra, fica fácil imaginar os gelos dos picos nevados dos Andes cusquenhos se transformando nas águas correntes do rio Urumbamba.

Há três tipos de trem que atendem os diferentes estilos de turistas: o Backpacker, desenhado especialmente para aqueles passageiros com espírito de aventura, o

Vistadome, para quem quer conforto sem precisar gastar muito, e o Hiram Bingham, para quem não abre mão de um pouco de luxo.

A empresa de transporte que opera a viagem de trem de Cusco a Machu Picchu é a Peru Rail. Não espere para comprar as passagens na última hora. Em temporada alta, o mais recomendado é garantir o bilhete com três semanas de antecipação. O ideal para quem vai e volta das ruínas no mesmo dia é partir no primeiro trem, que sai às 6h da manhã. O último trem de regresso a Cuzco sai por volta das 17h. Peru Rail, tel. (51 84) 238 722;

Um pouco da cidade:

Machupicchu, por sua incomparável beleza e força espiritual que emana dos remanescentes arqueológicos, é privilegiada por fazer parte de um seleto grupo de monumentos mundiais que milhões de viajantes de cinco continentes sonham em visitar, estando inclusive entre uma das 7 maravilhas do mundo moderno.

A cidade está encravada na área mais inacessível dos Andes, escondida dentro da floresta tropical e construída com uma localização geográfica privilegiada que combina as montanhas sagradas, água corrente e um alinhamento celestial quase perfeito, especialmente para a passagem do deus sol.

A **cidade perdida** dos incas, como é apelidada, permaneceu oculta durante cinco séculos, até ser descoberta de forma casual, em 1911, pelo explorador norte-americano Hiram Bingham. No início, estudiosos pensavam que se tratava de uma fortaleza, mas com o avanço das escavações descobriram que a maioria dos esqueletos eram de mulheres, surgindo a hipótese de o lugar ter sido um monastério para as "virgens do Sol", personagens fundamentais da vida religiosa dos incas.

Depois os pesquisadores sustentaram que o local foi feito para a **observação dos astros**. O monumento de pedra Intihuatana, que significa "lugar onde se amarra o Sol", era usado como um relógio solar para marcar as estações do ano. Estudos mais recentes defendem que a cidadela foi, como as pirâmides dos faraós do Egito, um ostentoso mausoléu construído para Pachakuteq, fundador e primeiro imperador do extinto Império Inca.

Em meio a tantas especulações, uma certeza: a cidade, construída a 2.450 metros de altitude dos **Andes peruanos**, era um lugar sagrado, onde somente o inca, a nobreza, os sacerdotes e as mulheres escolhidas podiam entrar.

A disposição dos prédios, a excelência do trabalho em pedra e o grande número de terraços para agricultura num local tão inacessível, são impressionantes. No meio das montanhas, os templos, as casas, os cemitérios, tudo está distribuído de maneira organizada, abrindo ruas e aproveitando o espaço com escadarias. Degraus de pedra levam a místicos templos feitos com blocos de granito branco, uns graciosamente montados sobre os outros, sem argamassa, no mais sofisticado estilo da arquitetura inca.

Um trabalho tão perfeito que entre eles não caberia um alfinete sequer.

No entanto, pouco se sabe sobre a sua finalidade e certamente nunca se saberá realmente o que teria levado os antigos habitantes de Machupicchu a abandonarem sua cidade.

O certo é que, com todos os mistérios que ainda cercam essas construções, não há dúvida de que Machupicchu foi uma cidade meticulosamente idealizada, que representou um centro geográfico sagrado para os incas e que hoje é considerada uma das obras primas da engenhosidade do homem.

Sobre o passeio “Machu Picchu”:

Após chegar à estação de trem de Águas Calientes, descenderemos até a rua principal da cidade. Não é bem uma rua, mas onde passa a linha do trem. Em AC não existe carro, apenas os ônibus que sobem para MP. Nessa "rua" há muitos hostels e também alguns poucos hotéis. Melhor entrar e dar uma olhada, principalmente no chuveiro...

Dar uma olhada no local de onde saem os ônibus para subir para MP. Fica na avenida em que corre o rio. Caso ainda não tenhamos comprado os bilhetes, às 05h00min abre a bilheteria de passagens para o ônibus, tb há uma fila.

Atenção: Levar uma mochila pequena com bastante água, gatorade e algo para comer (almoço), pois dentro de MP os preços são absurdos.

Chegando ao parque, haverá outra fila para entrar. Ainda nessa fila, passará uma pessoa com uns selos para grampear aos bilhetes dos que quiserem 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 folego para conhecer bem a cidadela de MP. Com o bilhete vcs podem entrar e sair do parque naquele dia.

Os guias para conhecer a MP só aparecem na entrada lá pelas 08h00min. Até lá, sugiro pegar a rota da "casa do guardião" (de onde é possível tirar aquela foto famosa) Se der tempo, perto dali fica a ponte inca (ver as placas).

Quando for perto de 8h, sair até a entrada para contratar 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 visita. Antes de contratar algum guia, perguntem quanto tempo durará a visita e qual será o trajeto (vc terá um mapa...), pois alguns costumam correr para pegar mais clientes. Um bom tour pela cidadela demora 2h pelo menos.

Após as 10h, a segunda turma começa a subir HP. Além do topo da montanha, existe outro local do lado oposto. Mas não aconselho ir até lá, pois só a subida e descida até o topo durará cerca de 2h (provavelmente mais...). Muito cuidado as pedras, principalmente se estiverem molhadas... O caminho é bem visível e sinalizado. Acho que até umas 14:00 ou 15:00 horas já deu tempo de ver tudo com bastante calma e subir HP.

Em AC tem umas águas termais ótimas pra relaxar depois do dia de caminhada. Na cidade não tem muito o que se fazer, mas tomar umas ao pé de MP sempre vai parecer uma boa pedida.

Em Ollantaytambo, na manhã do outro dia, na própria estação de trem, é possível contratar um tour privado ou coletivo para visitar Moray (onde ficam as salineiras), Maras (aquelas plataformas redondas) e Chinchero, chegando de volta à Cusco no meio da tarde.



Santuário Histórico

O Santuário Histórico de Machu Picchu é um dos mais representativos exemplos da arquitetura inca. A cada passo, o viajante confere os gigantes blocos de pedra que foram encaixados e polidos perfeitamente pela antiga civilização, formando 140 construções entre templos, terraços, praças e residências.

O incrível conjunto de edifícios foi dividido pelos arqueólogos em três setores: a zona sagrada, dos nobres e sacerdotes, onde estão os palácios e observatórios astronômicos; a zona residencial, composta pelas casas e templos; e a zona agrícola, formada por grandes terraços para plantação.

Entre os monumentos do sítio arqueológico, destacam-se o Templo do Sol, única construção circular, que tem uma "rocha-altar" e uma janela central alinhada com o Oriente; o Templo das Três Janelas, que permite uma vista impressionante das

montanhas; o Palácio do Inca, com seus vários quartos, banheiros, cozinhas, que servia como hospedagem para o imperador; e a Rocha Sagrada, um dos pontos preferidos pelos turistas para a prática da meditação. Diariamente, das 6h às 17h30.

Na parte externa do Santuário, há um único hotel, o Machu Picchu Sanctuary Lodge (www.machupicchu.orient-express.com), que oferece serviço de restaurante e café também para os não-hóspedes.

As entradas para o santuário são vendidas, exclusivamente, nas filiais de Cusco e Águas Calientes do INC (Instituto Nacional de Cultura) do Peru. O pagamento deve ser efetuado com a moeda local, o sol. Estudantes com comprovante têm desconto.

Instituto Nacional de Cultura:

Em Cusco (Rua San Bernardo, s/nº)

Tel: (51 84) 23- 6061

Diariamente, das 7h às 16h

Em Águas Calientes (av. Pachacutec, s/nº, Centro Cultural)

Tel: (51 84) 21-1067

Diariamente, das 5h às 22h. www.inc-cusco.gob.pe



Caminhadas

Os viajantes mais animados e com maior preparo físico podem ir além das andanças pelo famoso Santuário Histórico. Há várias alternativas de caminhadas nas proximidades das ruínas, que permitem ao visitante conhecer mais profundamente a natureza e as lendas do lugar.

Recomenda-se que todas as caminhadas sejam feitas com um guia ou em grupo. Na maioria dos hotéis e agências turísticas de Cusco e Machu Picchu há pessoal especializado nas diferentes opções de trekking da região. Outra opção é procurar pelos guias que trabalham de maneira independente e são autorizados pelo Inrena (Instituto Nacional de Recursos Naturais) e pelo INC (Instituto Nacional de Cultura).

Machu Picchu - Esta montanha, que leva o mesmo do complexo arqueológico, está situada ao sul da cidade sagrada. Para subir até o seu topo é necessário seguir um desvio ao lado esquerdo do Caminho Inca, um pouco antes de chegar à cidade sagrada. A caminhada, considerada difícil, dura aproximadamente três horas. No alto, é possível gozar de uma espetacular vista a 3.000 metros do nível do mar, uma outra perspectiva do Santuário.



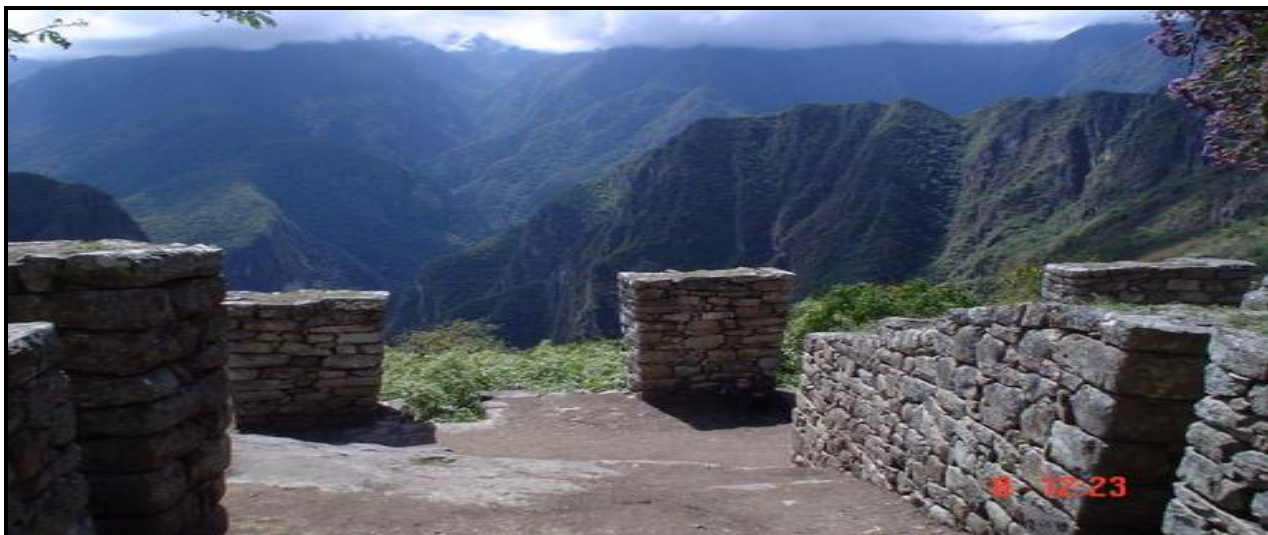
Templo da Lua - Na parte mais baixa de Huayna Picchu, a meio caminho da trilha que leva até o topo, um desvio à esquerda leva o visitante até o Templo da Lua. Recomenda-se realizar a atividade na primeira hora do dia. Todo o percurso dura aproximadamente 3 horas.



Huayna Picchu - Huayna Picchu, que significa "jovem cerro", é uma montanha ao norte do monumento histórico, bem conhecida por ser o fundo da maioria das fotos panorâmicas das ruínas. Os turistas podem chegar ao seu topo seguindo a trilha que sai da Praça Principal do Santuário, por um caminho aberto pelos próprios incas. A subida é bem íngreme, como uma escada para o céu. É um trekking de quase três horas considerado avançado, mas que vale a pena, sobretudo, pela vista esplendorosa do sítio arqueológico.



Inti Punku - A 2.600 metros sobre o nível do mar, ao lado do cerro Machu Picchu, fica a montanha Porta do Sol, que em quechua significa Inti Punku. A caminhada pela rota dura cerca de 2 horas e é ótima para fotografar bonitas e variadas vistas.



Putucusi - Aos arredores do povoado de Águas Calientes, um caminho inca de pedra leva ao topo de Putucusi, cujo nome significa "montanha feliz". São duas horas e meia para chegar até o pico do lugar, que, diz a lenda, era o antigo ponto de vigilância e controle dos incas. Para realizar a caminhada é necessário um bom estado físico, pois o caminho tem um alto nível de dificuldade.



Agências

Agotur (Associação de Guias Oficiais do Peru) - Tel: (51 84) 24-9758.

www.agoturcusco.org.pe

Colitur (Colégio de Licenciados em Turismo) - Tel: (51 84) 24 2065

www.inc-cusco.gob.pe/frame/consultas/guiascolitur.htm

Instituto Nacional de Recursos Naturais (Inrena) - Tel: (51 1) 224 3298

www.inrena.gob.pe



Caminho Inca

Não vamos fazer, mas é interessante saber um pouco da história e percurso.

"Caminhos do Inca" é o nome que se dá à rede de mais de 30 mil quilômetros de caminhos desenvolvidas para integrar os principais centros administrativos e religiosos de Tahuantinsuyo (nome em quechua dado ao império que teve origem no Peru e se estendeu aos territórios de Bolívia, Argentina, Chile, Equador e Colômbia).

Durante o período de dominação incaica, todas essas rotas da América do Sul se encontravam na cidade de Cusco, a capital do império. Estas vias corriam ao largo da costa do Pacífico e da serra dos Andes, mas também chegaram a alcançar a floresta amazônica, como é o caso da trilha que ligava o "umbigo do mundo", tradução quechua de Cusco, até a cidade sagrada de Machu Picchu.

Hoje, cinco séculos depois, a rota se transformou no destino de trekking mais famoso da América do Sul. Milhares de turistas chegam por ano ao Peru para refazer os passos dos antigos homens andinos a caminho da selva.

Quem já desbravou a famosa rota garante que é fascinante. Testemunhas afirmam que presenciar o encontro dos Andes com a Amazônia, escutar as lendas do povo inca ao pé da fogueira, e tropeçar com restos arqueológicos que ainda permanecem cobertos pela vegetação, são experiências inesquecíveis.

Para o turista percorrer a famosa trilha inca é necessário reservar a viagem com antecedência através das agências de turismo ou de um guia autorizado. Foi a forma que o governo peruano encontrou para controlar a quantidade de pessoas que transitam pelo caminho, garantindo a sua preservação.

A maioria dos pacotes das agências inclui alimentação e equipamentos como barraca, saco de dormir e utensílios para cozinha, além do serviço de transporte de carga realizado pelos camponeses das comunidades da região. Eles são conhecidos como huayruros, nome de uma semente bastante utilizada pelas culturas pré-colombianas.

Há três tipos de roteiros oferecidos pelas agências:

Rota 01 (04 dias/03 noites) - Trajeto mais utilizado pelas agências de viagem. Um ônibus leva os turistas de Cusco ao pequeno povoado de Piscacucho, no km 82 da via férrea que une Cusco a Águas Calientes, onde se inicia o trekking até Machu Picchu.

Rota 02 (04 dias/03 noites) - Os turistas partem de Cusco por trem até o Km 88 da via férrea. É o único trajeto que dá ao viajante a oportunidade de conhecer de perto as ruínas arqueológicas de Qoriwayrachina, Waynaq'ente e Machuq'ente.

Rota 03 (02 dias/01 noite) - Uma versão mais curta do Caminho Inca, para quem tem pouco tempo de viagem. Os turistas partem para a caminhada a partir do Km 104 da via férrea. Esse trajeto permite que turistas conheçam o sítio arqueológico de Chachabamba.

Curiosidades:

- ✓ Diz a lenda que a capital do Império Inca, Cuzco, foi fundada por Manco Cápac y Mama Ocllo, filhos do deus Sol, que saíram do Lago Titicaca com a missão de buscar um lugar que fosse o centro de um grande reinado. Já sobre Machu Picchu, numa visão menos "lúdica", há suposições de que tenha sido criada para conquistar a floresta ou proteger o império de quem viesse dela, isso no século XV e sua construção se atribui ao inca Pachacutec.
- ✓ Em 1911 (d.C) o professor americano Hiram Bingham descobriu a maravilha peruana.
- ✓ Machu Picchu, que em quechua significa "velha montanha", foi reconhecida pela Unesco, em 1981, como Patrimônio Cultural e Natural da Humanidade. Em 2007, foi eleita uma das **Sete Novas Maravilhas do Mundo** pela New Open World Corporation (NOWC). Uma enorme riqueza cultural, histórica e natural dos povos andinos e dos peruanos.
- ✓ O território do Santuário Histórico e seu entorno abarcam diferentes pisos ecológicos que correspondem às regiões andina e amazônica. A área de fronteira entre esses dois importantes ecossistemas é chamada de *Ceja de Selva* e apresenta uma das **maiores biodiversidades** do mundo. Com mais de 32 mil hectares, Machu Picchu tem 10% das espécies de flora e 20% das de fauna que existem em todo o Peru.
- ✓ "Soroche" é a expressão usada para denominar o **mal-estar** provocado pelas grandes altitudes. Para evitá-lo é recomendável andar bem devagar e beber muita água e chá de coca, tradicional bebida inca. Há aqueles que preferem mastigar as folhas da planta colocadas no canto da boca do lado interior da bochecha.
- ✓ O Santuário Histórico de Machu Picchu pertence ao departamento de Cusco, província de Urubamba, distrito de Machupicchu. Suas **ruínas** estão localizadas do lado leste da montanha de mesmo nome.
- ✓ O clima da região é **semitropical** e a temperatura média durante o dia é de 16°C. Nas noites de inverno, o termômetro chega a registrar números negativos. Há duas estações bem marcadas: a época de chuvas, de novembro a março, e a de seca, de abril a outubro.

Opções de hospedagem:

Las Rocas - 7,3 USD - 23 soles - banho privado

O melhor em AC. Limpo, sem mofo, com toalha e sabonete! O café é 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.

Yacumana - duas quadras acima da praça - 10 soles

Hostel La Fortaleza -10 soles, com banho privado e água quente.



Aguas Calientes



Machu Picchu

Transporte:	S/ 36 (MP)	Bus p/ subir à MP (praça)	U\$ 13,58
Alimentação:	S/ 45	Calculo de 3 refeições de +/- S/ 15	U\$ 16,98
Hospedagem:	S/ 50	Las Rocas 2 noites	U\$ 18,87
Passeios	S/ 172	Banhos Termais + Machu Picchu + Huayna Picchu	U\$ 64,91
TOTAL:	S/ 303	Não se desesperem! Estamos indo à Bolívia e lá nossos reais valem ouro	U\$ 114,34



PUNO

Chegaremos a Puno pela manhã, e não ficaremos por aqui, o lance é fazer os passeios pelas ilhas flutuantes e já partir para Copacabana.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Copacabana – 4 h de viagem, +- S/20,00.
- ✓ Fazer o passeio pelas Ilhas Flutuantes de Uros
- ✓ Conhecer o Lago Titicaca (primeiro contato)

O que tem pra fazer

- ✓ Ilhas Flutuantes dos Uros
- ✓ Lago Titicaca
- ✓ Ilhas Taquile

Observações:

- ✓ Atravessar a fronteira, carimbar passaporte e pegar o visto. Trocar \$\$.
- ✓ Tomar muito cuidado na fronteira com os policiais, li péssimos relatos sobre eles.
- ✓ Quando chegar lá saiba quanto de dinheiro você tem, em dollar e nas outras moedas também.

Um pouco da cidade:

Puno foi sede da cultura Tiahuanaco (800 a 1200 d.C.), máxima expressão do povo Aymara, que se desenvolveu na fronteira onde hoje é Peru e Bolívia; os Incas estiveram no território no século XV e os espanhóis deixaram um importante legado colonial em toda a região, atraídos pela atividade mineira que se desenvolveu no lugar.

Hoje a cidade de Puno (3827 m de altitude) é capital do folclore peruano e sede da Festa da Virgen da Candelaria e descansa às margens do Titicaca, o lago navegável mais alto do mundo. Os arredores são espetaculares destacando as Chullpas de Sillustani, com seu conjunto de imponentes torres funerárias construídas pelos Kollas; Juli, célebre por seus belíssimos templos coloniais; Lampa, com sua igreja da época do vice-reinado construída entre 1675 e 1685; Llachón, comunidade que ainda conserva muitos costumes e manifestações culturais e Pucará, famosa por sua cerâmica pré-inca e pelos ‘toritos de Pucará’ que hoje os artesãos os elaboram com argila.

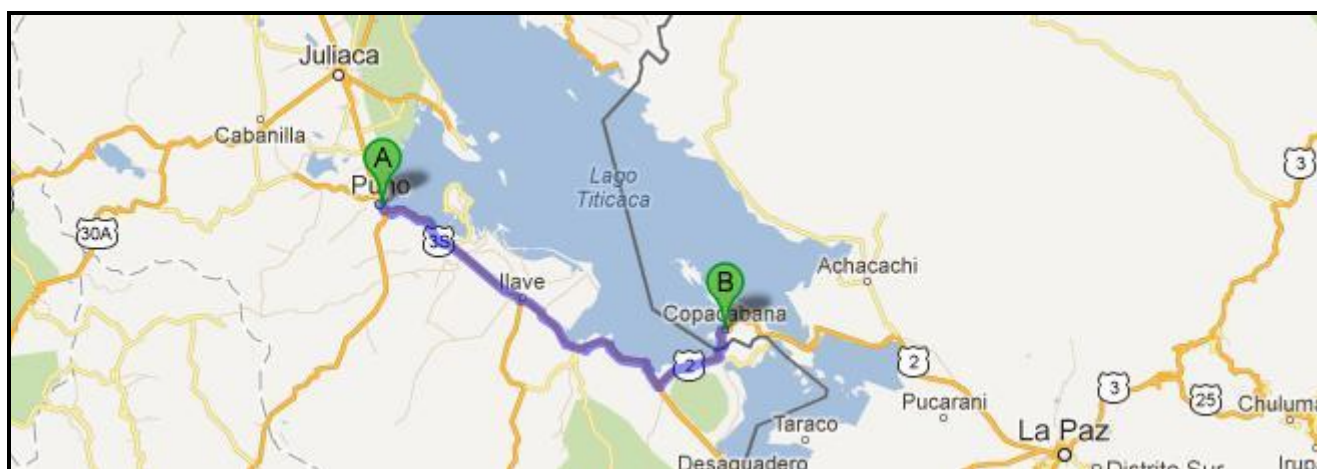
O lago alberga também diversas ilhas, cujos habitantes preservaram ancestrais costumes e tradições. Um exemplo disso são os Uros, que vivem nas “ilhas flutuantes” fabricadas artificialmente com totora, uma espécie de capim e que navegam pela região nas suas tradicionais embarcações também de totora. Taquile, Suasi e Amantaní são conhecidas pela amabilidade de seus moradores e pelas ancestrais técnicas de tecido, suas construções pré-colombianas e maravilhosas paisagens. A Reserva Nacional do Titicaca (36.180 ha) protege extensos bosques de totora e diversas espécies de flora e fauna.



Islas Flotantes de los Uros

► Puno p/ Copacabana: 4hs de viagem.

Transporte:	S/ 30 (Copacabana)		U\$ 11,32
Alimentação:	S/ 15		U\$ 5,67
Passeios	S/ 30	Ilhas Flutuantes dos Uros	U\$ 11,32
TOTAL:	S/ 75		U\$ 28,31





COPACABANA

[http://pt.wikipedia.org/wiki/Copacabana_\(Bol%C3%ADvia\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Copacabana_(Bol%C3%ADvia))

Chegaremos a Copacabana provavelmente quando estiver anoitecendo, aí procuramos um albergue, já fechamos o passeio de amanhã para ilha do sol e vamos curtir a cidade até a hora de dormir.

Copacabana é uma cidade pequena e muito agradável; além de ser o ponto de partida para a Isla Del Sol e ter uma belíssima Catedral; é uma cidade com ótimas opções noturnas de pub's, bares e restaurantes. O custo é baixíssimo (inclusive p/ compras), encontra-se albergues até de Bs.10,00 mas procure ficar nas ruas entre a catedral e o porto.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para La Paz – 4 h de viagem, +- Bs. 20,00.
- ✓ Fazer o passeio pela ilha do sol
- ✓ Subir no Mirante para ver a vista e comer uma truta (trucha) por Bs. 15,00 (menos de R\$5,00) assistindo ao pôr do sol no lago Titicaca

O que tem pra fazer

- ✓ Lago Titicaca
- ✓ Isla del Sol – passeio +- 20 BIs
- ✓ Catedral de Nossa Senhora de Copacabana.
- ✓ Trekking da parte norte até a parte sul, totalizando 10 km de caminhada em +- 3 horas e meia

Observações:

- ✓ Se possível não durma na ilha. Tente pegar o primeiro barco para lá, faça o trekking que atravessa a ilha (não fique perdendo muito tempo, porque o trekking é longo e o último barco para retorno a copa no mesmo dia sai às 16h). A noite na ilha pelo que fiquei sabendo não tem nada demais.
- ✓ A cidade fica as margens do Titicaca, possuindo uma das paisagens mais bonitas do continente e é uma das cidades mais baratas da Bolívia.
- ✓ A tarde aproveitar para conhecer as feiras de artesanato e comprar os presentinhos. Artesanato e presentes em Copacabana são muito barato. Aproveitar!
- ✓ Não deixe de subir ao mirante no topo de um morrinho que há na praia. O lugar é local de romaria religiosa dos locais, mas também oferece a melhor vista panorâmica do lago e da cidade.
- ✓ Para La Paz existem várias companhias que fazem o trajeto e todas têm os ônibus da mesma qualidade. Algumas cobram mais caro e te mostram um ônibus luxuosíssimo, mas no final, todo mundo sai nuns busões da década de 1950 (ou seria de 1940?), então vamos pelo preço mesmo.
- ✓ Entre Copa e La Paz, o ônibus pára no Estreito de Tiquina, onde é preciso descer e tomar uma balsa (paga a parte) até o outro lado, onde o ônibus está a espera num pequena praça. De lá até La Paz, destaque para os maravilhosos nevados da Cordillera Real e para a visão panorâmica da capital boliviana a partir de El Alto: uma cratera rodeada de montanhas e preenchida por favelas.

- ✓ Existem dois tipos de passeio pra quem sai de manhã para ilha do sol, o do dia inteiro que o barco te deixa na parte Norte e você tem que caminhar até a parte Sul da ilha. A caminhada é cansativa, pois no caminho há muitas subidas. Dado a altitude de aprox. 3700m acima do nível do mar, em alguns trechos você tem que parar para descansar. - Leve muita água, pelo menos uma garrafa de 2 litros por pessoa. As paisagens são muito belas! Dá pra tirar inúmeras fotos! A outra opção de fazer o passeio de apenas meio dia, bate-volta vai as 08h00min e volta +- 13h00min. Puxado demais.

Um pouco da cidade:

Copacabana é a principal cidade do entorno do Lago Titicaca na Bolívia, de onde saem os barcos que fazem a visita à Ilha do Sol, uma ilha sagrada dos Incas. Esta localizada a 3 841 metros acima do nível do mar e a 155 quilômetros de La Paz. Faz fronteira com o Peru. O nome deriva da expressão kota kahuana do dialeto Aymara, que significa "vista do lago".

Em Copacabana, está a Igreja de Nossa Senhora de Copacabana, padroeira do país, onde se encontra uma das imagens mais cultuadas da Virgem Maria.

No século XIX, uma réplica local da imagem de Nossa Senhora de Copacabana foi levada por comerciantes espanhóis ao Rio de Janeiro, no Brasil, onde foi criada uma pequena igreja para abrigá-la. A igreja cresceu e acabou por nomear o atual bairro de Copacabana.

A cidade conta com boa infraestrutura para atender os turistas. A Igreja de Nossa Senhora de Copacabana, construída na época da colonização espanhola, é bem conservada, com grandes quadros e pinturas religiosas. O altar tem a altura mais ou menos de dez metros, com grande quantidade de ouro e prata, que reluz por toda a igreja. Possui o Morro do Calvário, de onde se pode admirar a vista da cidade.



Gastronomia

Restaurante Galeria - Avenida Seis de Agosto, almoço e jantar em ambiente agradável. Prato do dia por 10 Bs.

Café Restaurante Pacha Aransaya - Avenida Seis de agosto 121, junto ao hotel do mesmo nome; pratos por 15bs. Serve também café continental por 5bs. (bastante freqüentado por turistas e com ambiente agradável).

Pizzaria Restaurante Itália - Av. Jauregui 140, pizza no forno a lenha, ao lado do Residencial Solar.

Opções de hospedagem:

Hotel Ambassador - C. Jauregui, fone 8622.216, 1p U\$6,90, 2p U\$13,85, café incluído, TV no 2º andar, banheiros privativos, quartos simples, limpos; bem localizado e satisfatório.

Residencial Rosário - Plaza 2 de Febrero, fone 8622.010, 1p U\$2,30/3,85 (sem/com banheiro), café da manhã entre U\$0,75 (continental) e U\$2,30 (completo), almoço ou jantar por U\$1,55. Tem sala com TV e vídeo. Confortável, com preços melhores para grupos.

Hostal Center - Rua Principal, em frente a praça, U\$ 4,5 (35 Bol) para duas pessoas com quarto duplo e banheiro privativo). A noite ir ao Café Bar Sol y Luna, Av. 16 de Julio 3.

Hotel Emperador – 10 Bls (2,5 U\$)

Hotel Utama - (calle Michel Perez, esquina com San Antonio), 20 bolivianos (5 dólares), com banheiro privado e café da manhã.

Hotel Wendy Mar – 20 Bol por um quarto com cama box e banheiro privado. Alguns ainda têm vista pro Titicaca. O hotel é novo e muito bom.



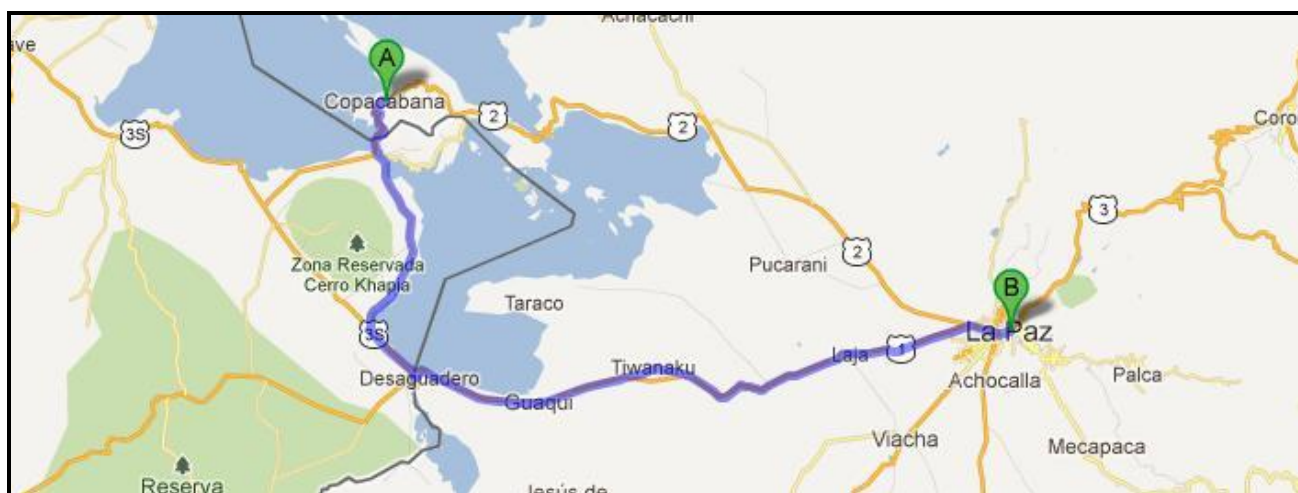
Entrada da Catedral de N. S. de Copacabana



Lago Titicaca

► Copacabana p/ La Paz: 4hs.

Transporte:	Bols 35 (La Paz)	Nuevo Continental	U\$ 5,10
Alimentação:	Bols 40		U\$ 5,83
Hospedagem:	Bols 40		U\$ 5,83
Passeios	Bols 45	Barco + Entrada Ilha Del Sol + Pedágios Trekking	U\$ 6,56
Compras:	Bols 20	Regalos	U\$ 2,92
TOTAL:	Bols 180		U\$ 26,24





LA PAZ

http://pt.wikipedia.org/wiki/La_Paz

Chegaremos a La Paz pela noite, ficaremos aqui na cidade 4 dias, temos muitos passeios legais para fazer e aproveitar os nossos últimos dias de viagem, vamos logo procurar um albergue se alojar e curtir a cidade ao máximo e tudo o que ela tem a nos oferecer como capital da Bolívia.

Objetivos:

- ✓ Comprar passagem para Santa Cruz de La Sierra – 17 h de viagem, +- Bs. 90,00.
- ✓ Passeio Tihuanaco
- ✓ Downhill para Coroico
- ✓ Passeio Chacaltaya e Valle da Luna

O que tem pra fazer:

- ✓ Mercado das Bruxas e de artesanato
- ✓ Plaza Murillo
- ✓ Chacaltaya
- ✓ Valle de la Luna
- ✓ Tiahuanaco – Tiwanaku
- ✓ Coroico (Mountain Bike – Estrada da Morte)

Observações:

- ✓ **Câmbio** nas Avenidas 16 de Julio e Av. Ballivián centro.
- ✓ Interessante conhecer Plazas Murillo, San Francisco e Del Estudiante, onde estão os principais museus e mercados de artesanato. À noite: Mongos, bar legal. Procurando cultura local ir ao Ojo de Água.
- ✓ Assim como para o Chacaltaya e o Valle de La Luna, você pode contratar uma agência (existem várias nas ruas Santa Cruz e Sagarnaga) para ir até Tiahuanaco, mas para quem tem pouca grana, é possível ir por conta; para isso, pegue uma Van até o ponto do Cemitério e de lá outra Van e/ou Bus para Tiwanaku.
- ✓ Apesar dos preços baixos, evite ficar em albergues perto da rodoviária, prefira hotéis e albergues que fiquem perto do Mercado das Bruxas/Artesanato, nas ruas Sagarnaga ou Santa Cruz.
- ✓ Fechar os passeios com uma empresa só, para ganhar um desconto especial.
- ✓ Se pretender fazer compras o lugar certo é a Bolívia, principalmente roupas de frio e artesanato. Em La Paz tem a Calle Sarganaga e a Calle Uyustus que é uma verdadeira loucura.
- ✓ Em La Paz utilize TELETAXI com \$ 10,00 você roda a cidade.
- ✓ Nunca tome taxis não oficiais, ou você pode não voltar.
- ✓ **Polícia Turística** - Edifício Olímpia, 1314 - Plaza tejada sorzano - miraflores, próximo ao estádio de futebol. Telefone: 225016.
- ✓ **Centro de Informação Turística da Prefeitura** - final do paseo de El Prado. Telefone: 371044.
- ✓ Mercado de Las Brujas fica na Calle Sta Cruz
- ✓ Calle Jose Maria Linares (rua das artesanias)

- ✓ Calle Jaen é uma ruazinha linda, em estilo colonial (a mais conservada da cidade) onde se pode visitar 04 museus! Para visitá-los basta comprar um boleto de 04 bolivianos e ir destacando na entrada de cada um deles!
- ✓ Os museus da Calle Jaen são: Museo Costumbrista "Juan de Vargas" (onde se compra o bilhete para os 04 museus), Casa de Murillo, Museo del Litoral Boliviano (sim, litoral antes de ser perdido para o Chile) e o Museo de Los Metales Preciosos (na minha opinião, o melhor de todos).

Agências de viagem recomendadas:

Explore Bolívia, C, Sagarnaga 339, fone 2391.810; Transturin, uma das melhores e mais conceituadas do país;

Alberth Tour, em frente ao Hostal Copacabana, boa

Um pouco da cidade:

Do mirador Killi Killi, a vista de La Paz, a cidade formada no extenso e profundo vale, rodeado de montanhas e picos nevados dos Andes e repleto de casas com tijolos expostos. Muitos dos seus habitantes optaram por não pintá-las, deixando-as em eterno estado de construção e, assim, não pagar mais impostos ao governo. Mas ao percorrer as ladeiras da capital mais alta mundo, dá para entender o que está por trás desse famoso retrato da Bolívia: um dos países mais pobres do continente, mas cheio de riquezas naturais, tradições milenares e mistérios arqueológicos que cativam o turista que chega para ver a beleza dos contrastes da metrópole mais indígena da América do Sul.

A cidade revela o espírito de um povo que sempre soube adaptar seus valores e crenças ancestrais ao ritmo dos novos tempos. As cholas, mulheres de longas tranças, vestidas de chapéus e inúmeras saias coloridas, circulam entre os arranha-céus de vidros espelhados, carros importados, fast foods e lojas da moda. Junto à cacofonia produzida pelo intenso tráfego de automóveis, escutam-se as vozes em aimara, quíchua, guarani, e, é claro, no idioma espanhol trazido pelos colonizadores. Atualmente, mais da metade da população boliviana é constituída de índios de mais de 30 etnias, sendo que dessa maioria, grande parte é descendente dos aimaras, como o presidente Evo Morales - primeiro chefe de estado ameríndio da Bolívia.

Os aimaras se associam a si mesmos como a civilização descendente do Império Tiwanaku, que se iniciou em uma pequena aldeia em 1580 a.C, desenvolvendo-se até o ano de 1172, quando talvez uma grande seca tenha gerado escassez de comida, dispersando toda a população. Hoje, um sítio arqueológico feito de pedras de até dez toneladas, e a poucos quilômetros de La Paz, é o principal vestígio de uma das culturas mais antigas da América. Os pacenhos se orgulham desse passado, e, por isso, construíram em uma praça rodeada do agito do centro da cidade uma réplica do Monolito Benet, imensa pedra talhada em forma humana que representa um deus da época. Do lugar, também se avista o Estádio Hernando Silas, o mais alto de todo o planeta.

Para jogar bola na capital administrativa da Bolívia (a constitucional é Sucre) só mesmo com coca. Adorada por muitos, e demonizada por outros tantos em consequência do seu ilícito uso, a planta é utilizada de forma medicinal e religiosa há milênios pelas culturas andinas. Polêmicas a parte, está comprovado que suas propriedades espantam a soroche, o mal-estar causado pelas grandes alturas. Em algumas das muitas barracas que se aglomeram pelas calçadas de La Paz, é possível comprar um saco cheio da planta sagrada por preço irrisório. Sentindo qualquer inconveniente, basta mastigar a folha no canto da boca, como o típico boliviano, ou preparar o revigorador chá de coca, que garante a energia para se movimentar a mais de 3.600 metros de altitude.

Mas a poucas horas de bicicleta de La Paz, a natureza se transforma e possibilita ao visitante o desfrute de um autêntico paraíso tropical. A famosa Rota da Morte, oferecida pelas agências de turismo, é a mais procurada pelos mochileiros que querem se aventurar pelas encostas íngremes dos Andes até a floresta montanhosa, em uma velocidade de até 60 quilômetros por hora. Quem quiser sentir a mudança gradativa dos ecossistemas devagar, pode optar por um pacote que mistura adrenalina e cultura: caminhada de três dias por uma antiga trilha de pedra, aberta pela civilização tiwanaku e, depois reutilizada pelos incas, e que une o Altiplano boliviano à Amazônia.

As subidas e descidas das vias empedradas, dessa vez construídas pelos espanhóis, na zona central de La Paz, também exigem bom preparo físico. Duas das irregulares ruas são lotadas de gringos europeus, concentrando o que há de melhor e mais inusitado na cidade. Na inclinada Sagárnaga, estão as variadas lojas de artesanato, agências de viagens, hotéis, cybercafés e restaurantes. E na Liñares, o famoso Mercado de las Brujas, onde se pode comprar fetos de lhama secos e tudo mais que se necessita para os rituais da tradição andina.

O passado colonial da cidade fundada em 1548 se expressa com mais força nos arredores da Plaza Murillo e San Francisco. São muitas as casas seculares, mas ainda poucas foram contempladas pelo tímido programa de restauração promovido pelo estado. As construções do início do século passado da avenida El Prado, a Catedral, os palácios governamentais e a pequena rua Apolinar Jaén são algumas amostras do centro antigo, que também abriga museus, bares e discotecas da Nossa Senhora de La Paz.

Apesar do nome, a cidade foi palco de muitas lutas que marcaram a história da Bolívia. Além da conquista espanhola sobre o Império Inca, que tinha no comando o colonizador Francisco Pizarro, o país sempre sofreu com inúmeras invasões. Talvez a de maior consequência tenha sido a Guerra do Pacífico (1879-884), quando perdeu sua costa para o Chile. Hoje, os pacenhos comemoram duas importantes revoluções: os 200 anos da Independência de 1809, e o seu momento político atual, que voltou a ser dominado pelas populações originárias do vale.



Museus

Circuito de Museus Municipais - Uma mesma entrada dá acesso aos três museus administrados pela prefeitura de La Paz. O Museu Costumbrista Juan de Vargas traz uma exposição temática sobre a cidade desde sua fundação, com miniaturas, esculturas em cerâmica, fotos, maquetes, roupas e móveis de diferentes épocas. O Museu do Litoral Boliviano é todo dedicado à Guerra do Pacífico, com textos, mapas e objetos que contam a história do conflito que fez a Bolívia perder seu litoral para os chilenos em 1879. O Museu dos Metais Preciosos possui um acervo de artefatos pré-hispânicos em ouro e prata, mas também objetos pertencentes à cultura Tiwanaku, como cerâmicas, máscaras, tecidos e uma múmia. O circuito começa

na Calle Sucre, no Museu Costumbrista, segue pelo o acervo do Litoral, e termina no de Metais, na Calle Apolinar Jaén. Tel: (591 2) 228-0758. De seg. a sex., das 9h às 12h30 e das 15h às 19h.



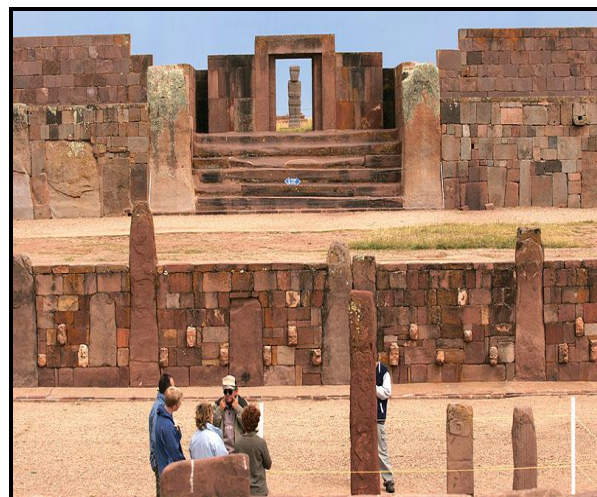
Museu Casa de Murillo - Foi a antiga casa do líder da revolução da independência de 1809, Don Pedro Murillo, morto e enforcado na Plaza de Armas. O edifício construído no começo do século 19 guarda objetos valiosos, como móveis, quadros e peças de prata da época colonial. Calle Apolinar Jaén, 790, tel: (591 2) 228-0758. De ter. a sex., das 9h30 às 12h30 e das 15h às 21h. Sáb. e dom. das 9h às 13h.



Museu Nacional de Arte - O museu funciona no palácio que foi da família Conde de los Araña, construído em 1775. Seu pátio interno é uma obra-prima da arquitetura barroca pacenha, e seu acervo apresenta esculturas e pinturas de artistas internacionais e bolivianos de renome, abrangendo a arte desde o período colonial até a época contemporânea. Calle Comercio, 485 (esquina com Socabaya), tel: (591 2) 240-8542. De ter. a sáb., das 9h às 12h30 e das 15h às 19h. Domingos das 9h às 12h30.



Museu Nacional de Arqueologia Tiwanaku - A casa que abriga o Museu Nacional de Arqueologia foi construída em estilo tuhuanacota, nos anos 1940, por um austríaco aficionado pela cultura pré-colombina. No lugar, estão expostos artefatos, tecidos, tapeçarias, armas e cerâmicas da civilização Tiwanaku, claro, mas também peças de outras culturas que habitaram a Bolívia antes dos espanhóis. Calle Tiwanaku, 93 (esquina com Federico Zuazo), tel: (591 2) 231-1621. De seg. a sex., das 9h às 12h30 e das 15h às 19h. Sábados das 9h às 12h.



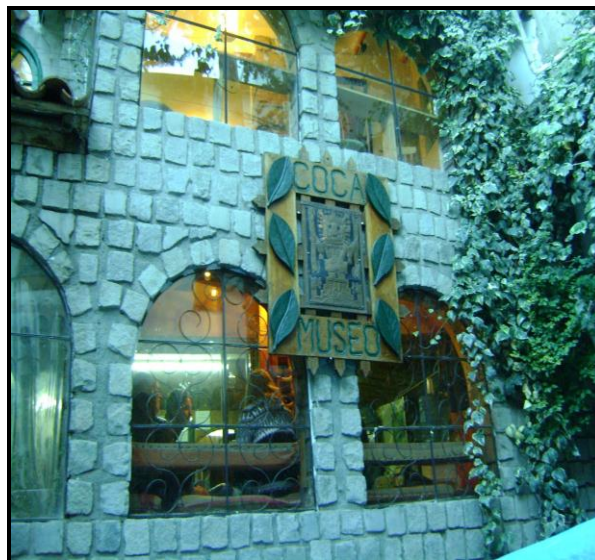
Museu Nacional de Etnografia e Folclore - Antigo Palácio dos Marqueses Villaverde, o museu expõe mostras de artesanato, trajes típicos e variados instrumentos de corda, percussão e sopro utilizados nas regiões da Bolívia. Calle Ingavi, 916 (esquina com Genaro Sanjinés), tel: (591 2) 240-8640. De ter. a sáb., das 9h às 12h30 e das 15h às 19h. Domingos das 9h às 12h30.



Museu Tambo Quirquincho - O museu está instalado em antigo tambo, nome em quíchua dado aos albergues e armazéns de comida que ficavam instalados pelos caminhos construídos pelos incas antes da colonização espanhola. O lugar, que também foi a residência do cacique Quirquincha na época colonial, conta hoje com diversas salas de exposições permanentes e itinerantes, que exibem coleções de prataria, fotografias, pinturas e esculturas de artistas contemporâneos de La Paz. Calle Evaristo Valle, s/nº (Plaza Alonso de Mendoza), tel: (591 2) 239-0969. De ter. a sex., das 9h30 às 12h30 e das 15h às 19h. Sáb. e dom. das 9h às 13h.



Museu da Coca – Frequentado, sobretudo por mochileiros, o museu traz textos e imagens sobre as pouco divulgadas propriedades terapêuticas e nutricionais da folha de coca, consumida em larga escala pelos povos do Andes. O lugar também conta a história sobre o seu plantio e faz críticas ao desvirtuamento de seu uso como entorpecente. O café do museu oferece um cardápio com uma variedade de comidas e bebidas que usam a coca como um dos ingredientes. Calle Liñares, 906, tel: (591 2) 231-1998. De seg. a dom., das 10h às 19h. www.cocamuseum.com



Passeios

Vale da Lua - Toda a magia de La Paz está resumida no Vale da Lua: formações geológicas esculpidas durante milhares de anos pela ação dos ventos e das chuvas, que deram um aspecto lunar para o lugar situado na parte mais alta da cidade. O guia conta que Neil Armstrong, o primeiro ser humano a pisar na Lua de verdade, visitou o vale e não teve dúvida do nome ao batizá-lo. Mas a sensação provocada na maioria dos visitantes comuns é o de se confrontar com uma paisagem totalmente desconhecida, vista

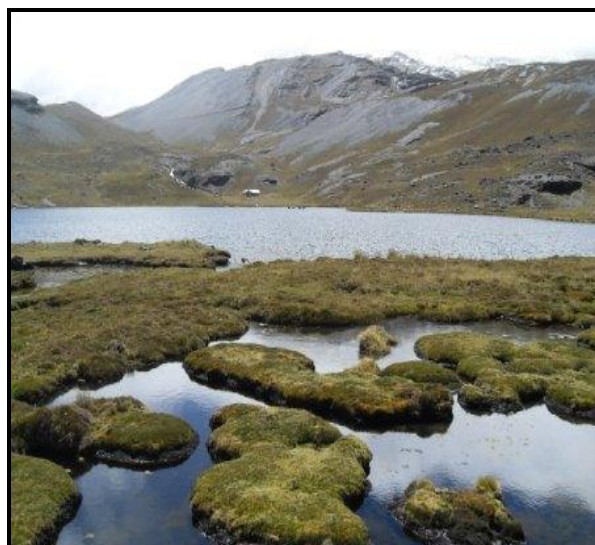
apenas em filmes de ficção científica. A trilha sonora ajuda a compor a atmosfera de mistério do lugar: um artista está localizado estrategicamente sob uma das rochas entoando em sua flauta uma melodia da música andina. Durante o percurso, os turistas observam algumas formas que a erosão e o tempo moldaram, como a que parece o rosto de um senhor de idade, conhecida como "A cara do bom avô", ou uma outra que é parecida com um "Chapéu de senhora". No lugar, há vida terráquea: viscachas e

lhamas passeiam entre cactos e outras plantas adaptadas ao ambiente do lugar. A 13 km do centro La Paz. Para chegar, pode-se tomar as linhas de ônibus 273 (Plaza San Pedro), 231 (Av. Buenos Aires), 253 (Plaza Avaroa) e 379 (Cementerio General) ou também a linha TRUFI 1 (Paseo El Prado) e o microônibus 11 (Plaza San Francisco). As agências de turismo oferecem o passeio pelo vale e organizam circuitos de 15, 20 e 45 minutos.



Pampalarana - A idéia surgiu há dez anos, mas somente no ano passado o sonho da comunidade originária de Chacaltaya foi definitivamente colocado em prática. Hoje, os campesinos que vivem em uma pequena vila a 4460 metros de altitude, dividem seu tempo entre suas atividades rotineiras, como a agricultura e a criação de ovelhas e lhamas, e a administração da empresa Ecoturismo Pampalarana. As centenas de turistas que chegam por mês ao lugar realizam atividades como caminhada pelas montanhas nevadas da região e pesca e passeios de barco pela maravilhosa laguna de Pampalarana. A comunidade construiu um albergue em harmonia com a natureza a sua volta: a energia dos nove quartos chega por painéis solares, e seus banhos são todos ecológicos. Prepara-se para o intenso frio. No verão, a temperatura varia de 15? a 3º negativos e, no inverno, o

termômetro não sai do abaixo de zero, chegando a – 16º durante a madrugada. A 20 km do centro de La Paz (a meia hora de carro). Reservas: Centro de Informação Turística - Av. 16 de Julio (final El Prado), tel: (591 2) 237-1044. pampalarana@bolivia.com



Rota da Morte - A excursão mais procurada de La Paz pela turma da adrenalina é a Ruta de la Muerte. Uma aventura que dura todo o dia, e consiste em descer pelos desfiladeiros íngremes dos Andes, até a zona de floresta montanhosa da Bolívia, de bicicleta. A velocidade da brincadeira pode chegar a 60 quilômetros por hora. O nome do passeio sugere algo macabro, por se tratar de uma das estradas (uma parte asfaltada e outra de terra) mais perigosas

do mundo, com abismos de até mil metros. Mas quem fez diz que o risco vale, pois o caminho proporciona um visual incrível da transformação da paisagem andina para a amazônica. Do ponto de partida, a 4.640 metros de altitude da gigante cordilheira aos 1.295 da pequena cidade de Coroico, início da Amazônia, são aproximadamente quatro horas de downhill e mais uma hora de carro. Depois da descida, algumas agências premiam os bikers com almoço

e piscina em um hotel que tem uma vista singular das montanhas dos arredores do Parque Nacional Cotapata, região de Yungas. O regresso é feito todo por automóvel e dura por volta de três horas. Agência Madness Adventures - Calle Sagárnaga, 339, tel: (591 2) 238-1810. www.madness-bolivia.com



Gastronomia

Para provar os sabores da Bolívia, o apetite deve estar bem desperto logo cedo, pois são nas primeiras horas do dia que pode-se apreciar alguns costumes culinários do país. "**Api com buñelo**" é uma frase desconhecida entre os brasileiros, mas muito usada pelo presidente Evo Morales, e pela maioria dos pacenhos quando vai pedir o seu café da manhã. O api é uma bebida de milho com canela e cravo, e o buñelo, bolinhos de massa frita que levam açúcar e são servidos com mel. A estranha combinação pode ser pedida em qualquer um dos mercados de La Paz.

Quem não quiser arriscar um começo de dia tão adocicado, há uma possibilidade mais convencional, e tradicionalmente boliviana: "**marraqueta**", queijo e café. Apelidada de pão de batalha por ser fácil de fazer, a "marraqueta" é feita apenas com água, farinha, sal e levedura, sem manteiga. Mas não pense que acabou por aqui. A **saltenha**, um tipo de pastel assado com recheios de carne, queijo e frango, é a comida mais típica da Bolívia, e também deve ser consumida na manhã, entre dez e 11 horas.

Comer o tal pastel boliviano na Dos Amigos (Calle Evaristo Valle, 120, tel: (591 2) 219-2083), uma confeitaria da zona central que tem 33 anos de existência, faz qualquer um se sentir como um verdadeiro morador da cidade. No lugar, vale experimentar os deliciosos pães de chocolate que saem do forno quentinhos para irem direto para o estômago de quem não resistiu ao seu cheiro ao passar pela rua.

Para o almoço, o visitante, antes de qualquer coisa, tem de aprender como funciona o sistema de refeições nos restaurantes populares das zonas andinas. Primeiro se serve uma sopa, que entre as mais tradicionais estão o "**chairo paceño**", preparado com carne de cordeiro, "**chuño**" batata seca, cenoura, cebola e milho, e a deliciosa **sopa de quinoa**, feita do cereal típico do Altiplano. Depois vem o "segundo", como é chamado o prato principal, que costuma ser basicamente arroz, alguma carne, batata, e muito condimento.

A Casa de los Paceños (Calle Sucre, 856, tel: (591 2) 228-0955) é um restaurante familiar que serve comida nacional de primeira a 20 anos. Uma das especialidades é o "**pique macho**", um surtido de carnes e vegetais bem picantes (por isso o nome). O lugar, que é um clássico entre os habitantes, já ficou famoso entre os turistas, e o seu cardápio agora é todo em inglês.

O restaurante Vienna (Calle Federico Zuazo, 1905, tel: (591 2) 244-1660, www.restaurantvienna.com) já é um ambiente mais requintado para desfrutar de pratos da culinária internacional com um bom vinho e ao som de piano. O dono, um austríaco que vive há 20 anos na Bolívia, recomenda sua mousse de chocolate, considerado a melhor de La Paz.

Pela noite, quem é chegado ao fast food, mas não quer apelar para o Mc Donalds em pleno território boliviano, a pedida é a rede de comida rápida Pollos Copacabana. Em diferentes endereços da cidade, a lanchonete oferece os famosos combos com sanduíche, fritas e refrigerante, além de frango frito com batatas, uma verdadeira mania boliviana.

Não vá embora de La Paz antes de experimentar a **lhama**. Se o animal andino não parece apetitoso, a dica é o restaurante Ângelo Colonial (Calle Liñares, 922, tel: (591 2) 215-9633), uma casa dos tempos da colônia, cheia de quadros e objetos de antiguidade, que serve um delicioso ravióli recheado com a carne do bichinho. Outros restaurantes de La Paz:

Restaurante El Lobo, esquina da C. Santa Cruz com a av. Illampu, tem buffe com saladas e pratos quentes, por quilo, no mínimo Bs.16, por pessoa, suficiente p/ comer bem. Hotel Galeria, C. Santa Cruz 583, tem restaurante no 5º andar, serve bom menu do dia, apenas no almoço, com sopa, prato principal e sobremesa por Bs.10. Restaurante e lanchonete Dumbos, descendo a av. principal, passa em frente à Igreja San Fco, lado esq.. Restaurante Stop, Plaza Eduardo. Mercado Zatt, tem praça de alimentação. Alexander Coffe av. 16 de julio de 1983, a meia quadra da Plaza dos Estudiantes, serve cafés por 8 Bs a 15 Bs.

Bares recomendados: O Mongo's, barzinho bem legal com gente do mundo todo, fica em uma região prospera da cidade! Nada parecido com o centro e a primeira impressão que se tem da cidade!

Festas populares

Gran Poder - A festa católico-andina em homenagem ao "Señor del Gran Poder" é uma das manifestações culturais mais expressivas da Bolívia. Milhares de músicos e bailarinos tomam as ruas do centro de La Paz, expressando sua devoção com as danças típicas. Entre os grupos, se destaca a "Diablada", um desfile em que é encenada uma dramática batalha entre o Bem e o Mal. Os homens se fantasiam com máscaras demoníacas, adornadas com serpentes aladas e dragões de três cabeças que representam os espíritos malignos. Já o Bem é caracterizado pela figura da virgem. O evento, que reúne todas as camadas sociais de La Paz, pode durar 15 horas, começando nas primeiras horas da manhã e seguindo até o

anoitecer. A idéia da festa é mostrar poder e agradar o santo. Os fiéis se entopem de ouro e outras jóias, e separam sua melhor roupa para o dia, sempre acreditando que se fizerem o "melhor", o receberão de volta. Todo mês de maio, sem data definida.



Carnaval - Dizem que o carnaval da Bolívia só perde mesmo em agito, tamanho e tradição para o brasileiro. Em cada região do país os dias santos são celebrados de distintas formas. Na cidade de La Paz, a bela festa de "Jisk'a Anata" é uma brincadeira com música e dança na época da colheita. As fantasias dos dançarinos de outros bailes típicos como "La Morenada" e "Los Caporales e la Saya" também garantem para a vibração e o colorido da festa. Todos os anos, em fevereiro ou março.

Entrada Folclórica Universitária - É uma festa típica da cidade que se caracteriza pela exclusiva participação de jovens dançarinos provenientes de diferentes universidades de La Paz. Todos os anos, no último sábado de julho.

Ano Novo Aimara - A chegada do ano novo é comemorada na Bolívia em duas datas: na ocidental e conhecida por todos, dia 1 de janeiro, e na aimara, 21 de junho, no início do solstício de inverno. Para a remota cultura já estamos no ano de 5.514. A principal festa acontece nas ruínas de Tiwanaku, a uma hora de La Paz, onde todos esperam juntos o amanhecer da noite mais fria do ano, diz a lenda. A tradição é ver a chegada do astro através da sagrada Porta do Sol, enquanto sacerdotes aimaras realizam rituais milenares e músicos tocam toadas típicas. Todos os

anos, no dia 21 de junho, no complexo arqueológico Tiwanaku.



Mercados

Vende-se de tudo nos mercados instalados nas ruas de La Paz. Como em um camelódromo gigante, as barracas e vendedores ambulantes lutam por espaço nas calçadas, oferecendo desde aparelhos eletrônicos de origem duvidosa até intrigantes fetos de lhama fossilizados.

No mais singular de todos, o "Mercado de las Brujas", o intrigante produto animal é vendido pelas feiticeiras indígenas para compor a "mesa blanca", a tradicional oferenda para a "Pachamama". No idioma Aimara, as bruxas são chamadas de "Kallawayas", que significa levar a medicina nas costas.

Essas mulheres poderosas explicam que no ritual andino o feto representa o filho perdido da Mãe Terra. Nas barracas da "Calle Linares" também se encontra flores, perfumes, amuletos, sementes e ervas medicinais, poções supostamente mágicas, ou seja, antídotos contra todos os males.

Bem perto dali, na "Calle Sagárnaga", o turista pode comprar uma lembrança menos inusitada da Bolívia no mercado de artesanato e antiguidade. Cerâmicas, mantas e ponchos de lã de alpaca, madeira trabalhada a mão, objetos de prata, tecidos de múltiplas cores, instrumentos musicais andinos e tudo quanto é tipo de souvenir.

Entre as lojas da rua de pedra e suas adjacentes, a Mama Coca (Pasaje Jimenez, 872, tel (591 2) 2319816) se destaca por vender também vários modelos de máscaras que são usadas pelos bailarinos das festas folclóricas.

O mercado da "Calle Buenos Aires" é o centro das muambas, sobretudo, roupas de "marcas", eletrodomésticos e equipamentos de som e imagem. No lugar, que é super-ultra-mega movimentado, deve-se estar atento com os pertences.

Todo dia 24 de janeiro acontece na cidade a Feira de Alasitas, em que predominam os trabalhos em miniatura que refletem a habilidade dos artesões locais. Na feira dedicada à Ekeko, o deus da abundância, as pessoas devem comprar miniaturas dos bens que desejam obter durante o ano, acreditando que Ekeko as ajudará na missão.



Vida noturna

La Paz também se caracteriza pela boemia como qualquer outra capital latino-americana. O bairro da balada certa é Sopocachi, cujo centro é a Praça Abaroa. Os diversos bares, cafés e pubs da região servem de ponto de encontro para esquentar os motores antes da maratona pela noite gelada da cidade.

O Ram-Jam (Calle Presbitero Medina, 2421, tel: (591 2) 242-2295) toca salsa nas quartas-feiras e é freqüentado pelos mochileiros. Está aberto a partir das 19 horas, oferecendo variados tipos de carne e opções vegetarianas para forrar o estômago antes dos "tragos". Já o Thelonius (Av. 20 de Octubre, 2171, tel: (591 2) 2424405) é "para a gente que sabe de música", diz o próprio slogan do lugar. Há dez anos, o clube de jazz reúne a nata do estilo na Bolívia em um ambiente cheio de quadros e velas. Com sorte, poderá testemunhar o encontro da banda Kimsa bop com o baterista Daniel Zegada, o "Zegadex", considerado o melhor do país.

Para sacolejar os esqueletos, duas das discotecas da moda em Sopocachi são a Traffic (Av. Arce, 2549, tel: (591 2) 211-8033), a noite toda de techno e house music, ou a Mongo's (Av. 20 de Octubre, 2171, tel: (591 2) 242-4405), que embala os notívagos com som pop das décadas de 70, 80, 90 e eletrônico. Quando começa o calor no lado de dentro das boates, uma Paceña gelada é a cerveja nacional mais recomendada pelos bolivianos. A Mongo's, também vende a Saya Beer, feita de forma artesanal, sem conservantes, por empresários que também tem um dos albergues mais procurados pelos gringos em La Paz.

A música ao vivo e tradicional está garantida em Casco Viejo, zona central da cidade, onde as peñas trazem apresentações de músicas e danças folclóricas andinas. No estilo "para turista ver", a El Parnaso Bolívia (Calle Sagárnaga, 189, tel: (591 2) 231-6827) oferece jantar mais espetáculo com bailarinos a caráter por algumas dezenas de dólares. No Gota de Água (Calle Ilampu, 837, tel: (591 2) 7067-0986) com apenas alguns trocados da moeda boliviana, os estrangeiros se misturam aos bailarinos bolivianos na pista e aprendem os passos típicos do país.

O centro antigo também reserva lugares para a turma dos descolados. O Etno Café Cultural (Calle Apolinar Jaén, 722, tel: (591 2) 228-0343) tem um clima aconchegante, decoração moderna e sanduíches gostosos a bom preço, reunindo o povo que consome arte contemporânea na cidade. Não deixe de provar o Singani, um drinque típico de La Paz feito com uma bebida destilada de uva e suco de fruta.



Sítios arqueológicos

Caminhos pré-colombinos

Os caminhos de pedra que unem o Altiplano aos vales da Amazônia boliviana foram construídos em sua maioria pela civilização Tiwanaku e, posteriormente, reutilizados pelos habitantes do Império Inca. Eles serviam para comunicar as comunidades dos antigos povos, revelando seus avançados conhecimentos da engenharia. Hoje, a prática do trekking nessas milenares rotas situadas na região de La Paz é um clássico do turismo cultural e de aventura da Bolívia. Entre as mais procuradas nas agências estão o caminho "Choro del Inca" (3 dias / 2 noites) e a rota "Takesi" (2 dias / 1 noite). Dicas: Vá com um grupo de quatro ou mais pessoas, pois já foram registrados assaltos e viajantes perdidos pela trilha. E não esqueça do repelente de mosquitos, capa de chuva e um casaco bem abrigado. Para chegar sem agência até a Rota "Choro del Inca", é necessário embarcar nas vans que saem diariamente da zona de Villa Fátima. E até o caminho de "Takesi", pelo ônibus que parte todos os dias da Plaza Líbano, no bairro San Pedro.

Tiwanaku

A 3.885 metros sobre o nível do mar estão as ruínas da capital de Tiwanaku, cultura que floresceu no altiplano boliviano em 1580 A.C.. A civilização se desenvolveu até o ano de 1172, compreendendo toda a parte ocidental da

Bolívia, o noroeste argentino e a costa do Chile. Há quem acredite que a cidade feita de pedras de até dez toneladas foi abandonada por conta de uma suposta seca que gerou escassez de comida. Mas ninguém sabe ao certo o que passou com essa gente. Dizem que

quando os incas chegaram à região encontraram apenas ruínas, deixando-as intactas por medo e respeito. Hoje, a cidade erguida na época do apogeu do império (100 d.C a 700 d.C) está em fase de escavação e pode ser visitada pelos turistas. Os principais atrativos do lugar são a Porta do Sol, que deve ter sido usada como calendário agrícola; um templo semi subterrâneo, em que se destacam cabeças clavadas com expressões distintas que representam diferentes povos; um templo solar, onde a antiga cultura verificava com precisão as mudanças de estações, além de restos de uma pirâmide chamada Akapana e inúmeras peças de cerâmica e metal. No centro arqueológico, também existem dois museus (Museu "Cat" e Museu Lítico de Tiwanaku), que guardam importantes peças arqueológicas como o "Monolito Benett", uma imensa pedra talhada em forma humana que representa um deus da época, e leva o nome de quem o descobriu.

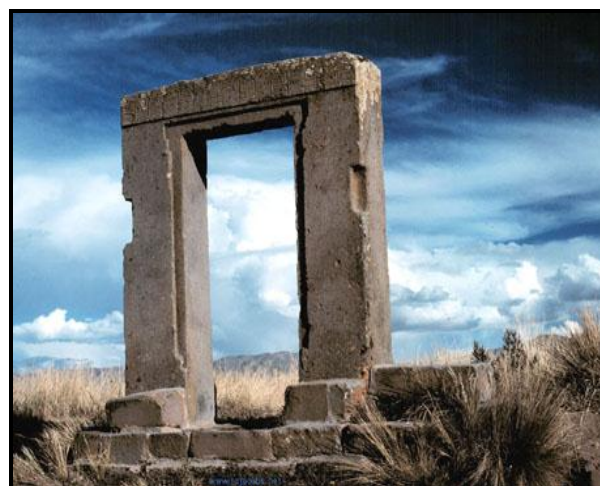


Lugares históricos

Paseo El Prado - A avenida "16 de Julio", mais conhecido Paseo El Prado, é a aorta do coração do centro antigo de La Paz, sendo palco de importantes manifestações populares da história da Bolívia. Ao longo da mais bonita e importante avenida da cidade, estão as casas construídas no início do século 20, os restaurantes, os hotéis e as grandes lojas, além dos monumentos em homenagem à Simon Bolívar e a Cristóvão Colombo e fontes de água que servem de ponto de encontro entre os moradores e visitantes.

Calle Jaén - A Calle Apolinar Jaén é a rua colonial melhor conservada de La Paz. As antigas casas construídas pelos espanhóis foram restauradas e abrigam hoje diferentes museus, restaurantes turísticos, lojas de artesanato e bares da cidade. Há muitas lendas sobre o lugar, uma delas conta que os espíritos dos antigos moradores costumam circular pela via de pedra durante a madrugada.

O complexo arqueológico Tiwanaku tem aproximadamente 600 hectares e é considerado Patrimônio da Humanidade pela UNESCO. A 71 km a oeste da cidade de La Paz (a uma hora de carro e duas horas em van), tel: (591 2) 289-5103 e 289-5102. As vans saem a cada hora, todos os dias. Cementerio General de La Paz. De seg. a dom., das 9h às 16h30.



Plaza Murillo

A principal Praça de La Paz é bem arborizada, e rodeada de importantes edifícios da época colonial como a Catedral de Nossa Senhora de La Paz. O lugar é o centro das principais decisões do país, abrigando o Palácio do Governo e o Congresso Nacional.



Calle Comercio

O calçadão com construções antigas começa na Plaza Murillo e, como o próprio nome diz, é o local que concentra o maior número de lojas e vendedores ambulantes, com um intenso fluxo de pedestres ao longo do dia.



Catedral de Nossa Senhora de La Paz

Construída em 1831 em estilo neoclássico, a catedral pacenha é suntuosa e envolta num clima de espiritualidade e paz. É a segunda catedral de La Paz, a primeira foi destruída porque não era estável. Plaza Murillo, ao lado do Palácio colonial, tel: (591 2) 211-7133. De seg. a sex., das 8h30 às 12h e das 15h30 às 19h. Sáb. e dom. das 8h30 às 12h.



Igreja e Convento San Francisco

Construída em pedra talhada em estilo barroco-mestiço em meados do século 18, essa é, sem dúvida, a mais bela igreja de La Paz. Possui uma fachada deslumbrante e em seu interior funciona uma pinacoteca com obras de arte renascentistas, barrocas, maneiristas e neoclássicas. Plaza San Francisco na Av. Mariscal Santa Cruz, tel: (591 2) 231-3435. De seg. a dom. das 6h30 às 12h e das 15h30 às 20h.



Igreja San Domingo

A construção do templo foi iniciada em 1600, mas o grosso da obra corresponde ao século 17. A fachada é barroca, toda trabalhada em pedra, e a planta da igreja, de três naves. Em seu interior também há elementos do estilo neoclássico, devido a sua remodelação no século 19. Chama a atenção uma janela com grandes figuras de papagaios e frutas, típica decoração de barroco mestiço. Calle Ingavi, esquina com Yanacoch, tel: (591 2) 224-0802. De seg. a dom., das 9h3 às 12h30 e das 15h às 18h.



Igreja San Pedro

O templo foi construído no fim do século 16, depois do cerco de Tupac Katari a cidade de La Paz. Sua porta é do fim do período barroco e princípio do neoclássico, e suas bases e colunas apresentam figuras de leões e conchas. No seu piso, estão gravados nomes dos diferentes dos sacerdotes que passaram pelo templo. É a igreja onde se batiza a maioria dos indígenas. Plaza San Pedro, tel: (591 2) 249-1744. De seg. a sex., das 7h30 às 12h e das 16h às 19h30. Sáb. e dom. das 7h30 às 12h.



Passeios:

Chacaltaya + Valle de La Luna:

Montanha com 5395m, onde se encontra a base da estação de esqui (mais alta do mundo). Passeios saem de La Paz pela manhã e ainda inclui uma visita no Vale de La Luna. Custo de US\$15,00 por pessoa, incluindo transporte e guia. (Tour: 85Bol pelo tour pelo Chacaltaya + Vale de La Luna (60Bol com um chocolate e uma água + 10Bol para subir + 15Bol entrar no Vale de La Luna). Vale a pena fazer – levar protetor labial.

Chacaltaya:

Bs 40,00 o trajeto com guia mais Bs 15,00 p/ subir a montanha.

Valle de La Luna:

Incluso no Chacaltaya, mas paga-se mais Bs 15,00 p/ entrar.

Galahad da Buhos Tour, C. Sagarnaga.

Juan da Hiking Tour faz os passeios do Chacaltaya e Valle de la Luna (50 bols cada)

Barro Biking faz os Passeios Chacaltaya + Vale de La luna (130 bols cada)

Tiahuanaco – Tiwanaku:

Aberto das 9 às 17horas. Entrada com ingresso valendo também para a visitação do museu próximo as ruínas. Melhor maneira de chegar é através de agencias de viagens que fazem o passeio durante o dia, em torno de U\$20, incluindo transporte entradas e guia.

Tiwanaku: (tour de dia inteiro)

45 bols + entrada 80 bols + almoço 20bols – saída +/- 08h30min. (Buhos Tour)

Dica: Nao vá a Tiwanaku as sextas-feiras! É dia de visitas escolares! No começo vc pode achar lindo as criancinhas pra lá e pra cá! Mas depois de um tempo fica impraticável.

Downhill Coroico:

Known as the death road, it is the most spectacular descent which starts from *La Cumbre* at 4700 mts. until *Yolosa* at 1.200 mts.

- 07:30 to 08:00 pick up from the hotel
Departure from La Paz city.
- 09:00 arrive to *La Cumbre*. Breakfast.
Leaving from *La Cumbre* on asphalt.
- 10:30 Arrive to *Unduavi*. Police Check Point.
- 11:00 Cross road *Cotapapata* - *Chuspipata* (fruits and chocolates).
- 14:00 Arrive to *Yolosa*. End of the biking descent.
- 15:00 Arrive to *Cororico* (buffet lunch and hot shower). Half hour rest.
- 16h30min Return to La Paz.
- 20:00 Arrive to La Paz. End of the service.

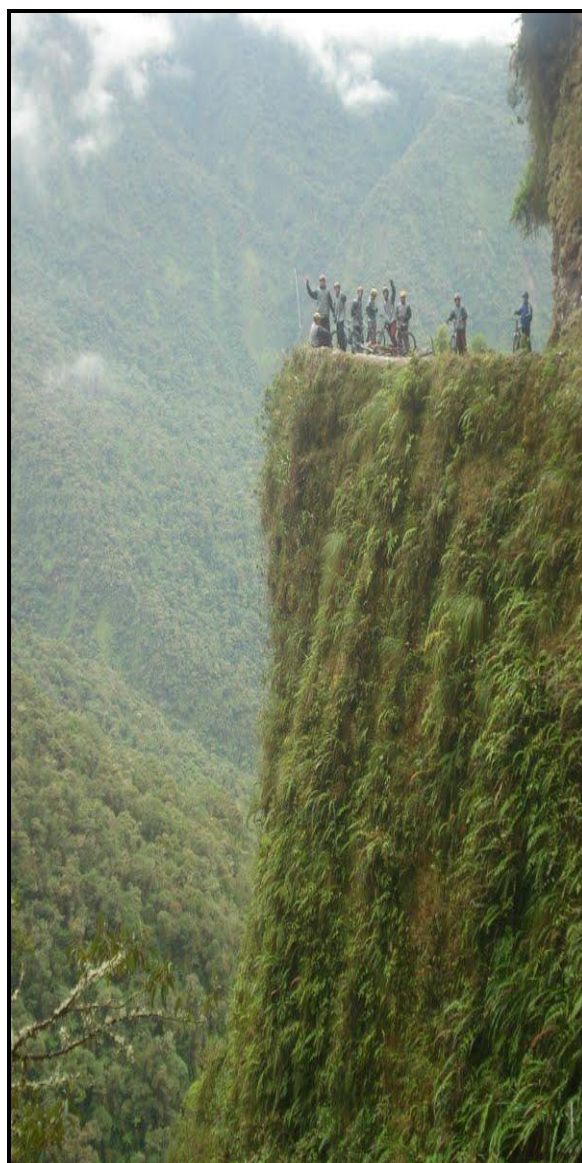
•

Personal Equipment for the Tour:

- Warm jacket and a pair of wool gloves for the first part (*La Cumbre*)
- Sun's cream and glasses
- Wool hat for the cold part (*La Cumbre*)
- Clothes for changing after the tour
(back packs on the transport)

Barro Biking: 400 Bols.

Xtreme: 280 Bols.



Outros passeios <http://www.hikingbolivia.com/>

- ✓ Sajama – 6.543 m (escalada de 04 dias)
- ✓ Illimani – 6.439 m (escalada de 04 dias)
- ✓ Huayna Potosi – 6.088 m (escalada de 02 e 03 dias)

Opções de agências:

- ✓ Juan da Hiking Tour
- ✓ Barro Biking
- ✓ Xtreme
- ✓ Buhos Tour

Opções de Hospedagem:

Hostal Copacabana - Av. Illampu 734, fone 2451.626, 1p US\$ 8,3; 2p US\$16,60; 3p US\$24,90. Café da manhã incluído. Quartos limpos e confortáveis, com banheiro privativo. Organiza excursão pela cidade.

Hostal Dinastia - Av. Illampu 684, esquina com a C. Granero, fone 2451.076. 1p US\$6,50; 2p US\$13 e 3p US\$19,5. Quartos pqnos, limpos e simples, com TV e banheiro. Há restaurante no local.

Hostal Maya - Av. Sagárnaga 334, fone 2311.970. 1p US\$12; 2p US\$12 e 3p US\$18. Café da manhã incluído. Quartos confortáveis e limpos, com bons banheiros. Tem lavanderia e internet – pagos a parte. Pechinchar! JORGE ficou nesse – pagou 50Bol

Hotel Áustria - Calle Yanacocha, 531, próximo rua do comércio, 2 quadras da Plaza Murillo, estilo albergue, quartos bons e banheiros limpos). Muito bom. Cozinha coletiva, internet e tals. 25 bols (uma micharia tipo R\$ 8,00). Taxi até lá, nunca mais de 8 bols

Hotel Sanarnaga - U\$6

► La Paz p/ Santa Cruz: ± 17hs

► Santa Cruz p/ Corumbá ± 17hs

Transporte:	Bols 170 (Sta Cruz)	El Dorado	U\$ 24,78
Alimentação:	Bols 90		U\$ 13,12
Hospedagem:	Bols 100		U\$ 14,58
Passeios	Bols 525	Barco + Entrada Ilha Del Sol + Pedágios Trekking	U\$ 76,53
Compras:	Bols 50	Regalos	U\$ 7,29
TOTAL:	Bols 935		U\$ 136,30

* Passagem de La Paz direto p/ Santa Cruz, podendo ficar mais barata com a “baldeação”: La Paz – Cochabamba – Santa Cruz. (100 Bols).



ALGUMAS DICAS FINAIS

Energia: 220 v

Fuso horário: Bolívia -1h / Peru e Chile – 2h

Dinheiro:

- ✓ Se você tiver conta corrente ou poupança onde no verso do cartão tenha visa plus ou cirrus, peça a liberação dessas funções na sua agência e você retira dinheiro na moeda local e será debitado diretamente da sua conta no Brasil. Cada retirada tem uma taxa de uns R\$ 13,00, portanto não vale a pena fazer retiradas muito pequenas, a vantagem é que você não corre o risco de ficar viajando com dinheiro.
- ✓ Não leve nota de U\$ 100 com a série CB vc terá dificuldade de trocar.
- ✓ Notas de U\$100 na Bolívia podem dar dor de cabeça:
 - U\$100 vale uma enorme quantidade de bolivianos (800 bols). É grana pacas e, na correria, você pode não perceber e levar alguma nota falsa (bem comum por lá).
 - Supondo que vc vai com uma nota de U\$100 e quer trocar apenas U\$20. Eles adoram isto. Empurram-te de volta um troco de notas de dólares todas carimbadas, tortas e manchadas. Notas carimbadas e sujas podem não ser aceitas aqui, no Peru e no Chile.
- ✓ Não aceite nem ferrando notas rasgadas e sujas, pois eles não aceitam dólares assim e outra, notas de U\$\$ 1 tem cotação.
- ✓

Onde guardar?

- ✓ É importante saber dividir o dinheiro em sua mochila para que num eventual assalto, você não perca todo o dinheiro. Nunca leve todo o dinheiro e cartão de crédito no mesmo local. Você corre o risco de perder tudo caso venha a sofrer algum tipo de roubo ou furto.
- ✓ O famoso moneybelt ou doleira, que é uma espécie de carteira grudada ao corpo na cintura, usada por dentro da calça, é sem dúvida um item importante e indispensável.
- ✓ Nele você guarda seu passaporte e dinheiro que estará usando no momento. Não tem como batedores de carteira te assaltar usando-o.
- ✓ É importante ressaltar que os assaltantes conhecem este tipo de carteira e você não estará totalmente seguro. Por isso, divida seu dinheiro em partes e espalhe pela mochila. Coloque em bolsos de calças guardadas na mochila ou dentro de frascos vazios.
- ✓ Fique atento também a cartões de crédito e notas de dinheiros deixados na mochila no seu hotel. Existem relatos de viajantes que tiveram alguns de seus pertences roubados.
- ✓ Sair somente com o necessário durante o dia e deixo o restante espalhado em lugares pouco prováveis e bem difíceis de serem achados na mochila. Um lugar bem improvável de se mexer. Há quem transporte o dinheiro na meia e em outros lugares íntimos.
- ✓ E lembre-se de sempre que levar seu dinheiro, embrulhe-o em um saco plástico. Quando em contato com o corpo, mesmo usando o moneybelt, a transpiração do seu corpo passará para as notas e essas poderão ser danificadas. Portanto, tudo que é papel (dinheiro e documentos) sempre embalado em pequenos sacos plásticos. Aqueles sacos com fechamento tipo "zip" são perfeitos.

Dicas Gerais (Bolívia)

<http://www.mochileiros.com/guia-e-dicas-sobre-moedas-cartoes-e-gastos-na-bolivia-t29376.html>

- ✓ A entrada na Bolívia vindo do Peru é um verdadeiro desastre, principalmente às terças e sextas feiras, dias em que se instala uma feira em plena rodovia, se é que pode chamar-se de rodovia uma estrada cheia de buracos, principalmente do lado boliviano.
- ✓ As estradas asfaltadas na Bolívia são coisa rara.
- ✓ O trânsito nas cidades grandes é um verdadeiro caos, principalmente em La Paz, não respeitam sinaleiros, entram na sua frente, sendo assim todo cuidado é pouco.
- ✓ O pedestre boliviano, ou é muito ousado ou vive no mundo da lua, porque a cada passo um cruza a rodovia sem olhar para os lados.
- ✓ Na estrada os ônibus param em qualquer lugar, até mesmo na rodovia sem sair para o acostamento, nunca viaje colado a um ônibus, ou verá a traseira dele perto demais.
- ✓ 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, evite a comida vendida na rua, prefira pagar um pouco mais, comendo num restaurante higiênico do que se expor a pegar uma cólera.
- ✓ Consuma água mineral engarrafada, a água chamada de potável é de péssima qualidade, se vai usar previna-se e ferva antes de beber.
- ✓ As coisas na Bolívia são muito baratas, aproveite para comprar roupa e outros produtos.
- ✓ Na fronteira com o peru, na cidade de desaguadero, alguns policiais bolivianos vão lhe cobrar 10 bols por sei lá o que, pague, mas exija recibo, como eles cobram indevidamente não vão querer dar, peça o seu dinheiro de volta, do contrário ameace denunciá-los, isso se você é do tipo que gosta fazer valer seus direitos, agora se você não gosta de bronca, deixe quieto e vá embora, logo a frente terá que pagar outros 10 bols para a prefeitura, ali sim com recibo.
- ✓ Na Bolívia tudo é muito barato. Só para você ter uma idéia paga-se por um hotel 3 a 4 estrelas (equivalente no Brasil) pouco mais de U\$\$ 4 em La Paz. Por U\$\$ 1 você consegue fazer uma refeição boa. Lá é muito fácil, o suporte turístico é bom (guardadas as devidas proporções).
- ✓ Nas cidades sempre têm uma rua onde ficam os hotéis e agências de turismo. Muito fácil de virar sozinho.

Compras que compensam:

- ✓ *Saco de dormir*
- ✓ *Casacos de lhama ou alpaca ou afins*
- ✓ *Presentes pra cambada*
- ✓ *Bastão caminhada ou cajado*
- ✓ *Mochila 30/35 litros pra trilha inca*
- ✓ *Luvas*
- ✓ *Gorros*
- ✓ *Meias de lã ou de alpaca e uma meia primeira-pele pra evitar bolhas*
- ✓ *Anorak/Jaqueta*
- ✓ *Eelro/eletrônicos, tênis e muambas em geral, que são baratas*

Dicas Gerais (Peru)

<http://www.mochileiros.com/guia-e-dicas-sobre-moedas-cartoes-e-gastos-no-chile-t28761.html>

<http://www.mochileiros.com/guia-e-dicas-sobre-moedas-cartoes-e-gastos-no-peru-t29962.html>

- ✓ Depois de cruzar a ponte, p/ fazer a documentação, tenha paciência, vai levar mais de uma hora, a burocracia é grande.
- ✓ Na mesma fronteira podem cambiar os dólares, estão as paisanas em suas mesas cambiando.

- ✓ Se você for no verão para a Serra Peruana, saiba que irá na época chuvosa, principalmente na região de Puno, nas proximidades do Lago Titicaca chove bastante e as rodovias ficam com bastantes buracos.
- ✓ 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, que não é muito barata.
- ✓ Não deixe de visitar Cuzco, a cidade é realmente encantadora, há muitas pousadas turísticas, pesquise preços, valerá a pena.
- ✓ Se você está a fim de conhecer bastante lugar em Cuzco, então vale a pena comprar o boleto turístico que dá direito a visitar 16 lugares, entre ruínas e museus. Do contrário em cada lugar vai ter que pagar, sairá muito mais caro.
- ✓ Não compre artesanato no centro da cidade é muito mais caro, vá à 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.
- ✓ Indo a Machu Picchu e querendo economizar, vá até Ollantaytambo de taxi ou bus.
- ✓ Para pagar menos prefira o horário das 20h00min.
- ✓ Chegando a Águas Calientes, uns batalhões de pessoas oferecendo pousada aguardam os trens, se quiser pode pesquisar, do contrário, próximo à estação está a Pousada dos Caminhantes, o preço é de 15,00 soles por pessoa, mas você consegue por 10 soles.
- ✓ Quer conforto para chegar as ruínas, pague U\$\$ 9,00 dólares por pessoa e o ônibus deixa você na porta, agora se quer aventura e emoção, vá pela trilha, é uma escadaria cansativa, mas vale a pena.
- ✓ Tudo o que tiver que comprar para levar a Machu Picchu, é melhor comprar em Cuzco ou Ollantaytambo, em Águas 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 radical que vale a pena.
- ✓ Ao descer de Machu Picchu, se for caminhando prefira descer em grupo. Junte-se a outros turistas, para evitar surpresas desagradáveis na estrada, no final a palavra turista denota "Money".
- ✓ 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.
- ✓ Ao se aproximar de Nazca, um terrível nevoeiro o envolverá, tenha cuidado e evite andar de noite.
- ✓ 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.
- ✓ Bebidas: a Inka Cola é um refrigerante originalmente Peruano, e por consequência o mais consumido no país. Não deixe de dar uma provadinha na cerveja Cusqueña.
- ✓ Huacachina, é um oásis na província de Ica, é muito legal lá, dá para fazer sandboard e andar de buge nas dunas, muito bom, mas também não precisa mais que dois dias lá. Fique no hostel casa de arena, por 10 soles, é só dizer para os táxistas que eles conhecem.

- ✓ Nazca, definitivamente não se tem o que fazer por mais de um dia... dá para ver as linhas e conhecer o cemitério, que é bem legal também, tudo no mesmo dia. Geralmente quando vc compra o vôo eles oferecem um pacote que já tem os cemitérios e outro museu junto... Só é meio salgado, uns 50 dólares.
- ✓ Arequipa tem o famoso monastério, o museu com a ruína que encontraram no vulcão e o trekking para Colca, que é de dois dias e parece que não é tão pesado...
- ✓ Cusco é a cidade mais bonita, tem vários pontos turísticos para conhecer, mas para isso vc precisa comprar o boleto turístico, caso contrário não entra nas ruínas e nos principais museus e igrejas. Esse ticket vc compra perto da Plaza de Armas. Depois disso, os lugares mais legais são as ruínas que ficam pertinho de Cusco, aí vc tem a opção de fechar com uma agência daqui mesmo, coisa de um dia antes, a visita a todos os sítios arqueológicos, incluindo transporte e guia, ou ir de ônibus, mas aí lá é difícil conseguir o guia.
- ✓ Machu Picchu em si também tem diferença no preço da entrada para estudantes, mas vale a pena... é muito lindo.. também recomendo o guia, pois fica mais interessante..
- ✓ Compre passagem de ônibus das companhias Cruz Del Sur ou Ormenö. Os ônibus dessas companhias não chegam nem aos pés dos nossos, mas são os melhores dentro do Peru. A companhia Poney Express é muito ruim.
- ✓ A empresa de ônibus Flores é a pior empresa e 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.
- ✓ Prove algumas das especialidades da culinária nacional, dentre elas o cebiche, a truta e o cuy. Sempre acompanhados de uma Cusqueña geladíssima ou um pisco sour quando o calor permitir...
- ✓ Como ligar p/ o Brasil à cobrar via Embratel: (0800-50-190) (Via Embratel).

<u>BAGAGEM</u>
01 Tênis trekking
01 Hawaiana
01 Luva
01 Toca
01 Cachicol
01 Calça jeans
01 Calça tactel
02 Calça mochileiro
01 Calça moleton
01 Calça segunda pele
03 Bermudas (01 banho)
05 Meias
01 Toalha
06 Cueca
01 Óculos de sol
01 Mochila de ataque
05 Camiseta sem manga
02 Camiseta com manga
02 Blusa de frio / jaqueta
01 Blusa de lã (comprar lá)
01 Doleira
01 Boné
01 Bandeira do Brasil
<u>KIT ELETRONICO</u>
Maquina digital
Carregador
Cabo para maquina digital
02 baterias
Lanterninha
Mp3 player ou Mp4
Despertador
Calculadora
Pen drive
Cadeados
Canivete suíço

<u>KIT HIGIENE</u>
Escova de dente
Creme dental
Perfume
Shampoo
Desodorante
Protetor solar
Protetor labial
Espuma de barbear
Repelente
Sabonete
Barbeador
Pente
Lenço umedecido
<u>KIT SAÚDE</u>
Própolis
Chá vick vaporub
Band aid
Remédio para dor de cabeça
Remédio contra altitude
Relaxante muscular
Remédio pra dor de barriga
Dramim aos montes hehehe
<u>OUTROS</u>
Passaporte
Carteirinha de vacinação internacional
Mapas
Roteiro
Guias

MAPAS

Bolivia



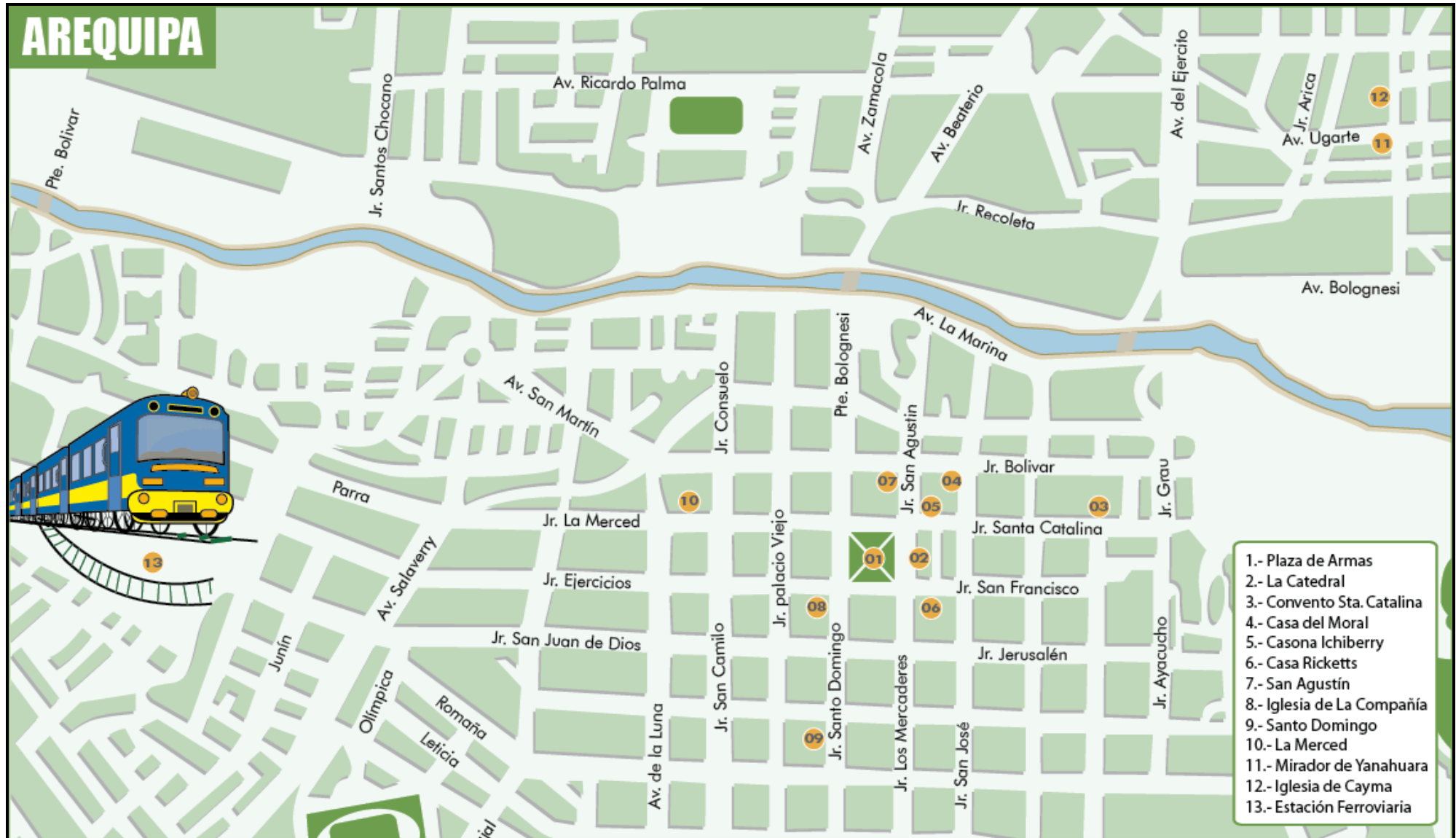
Peru



Norte do Chile







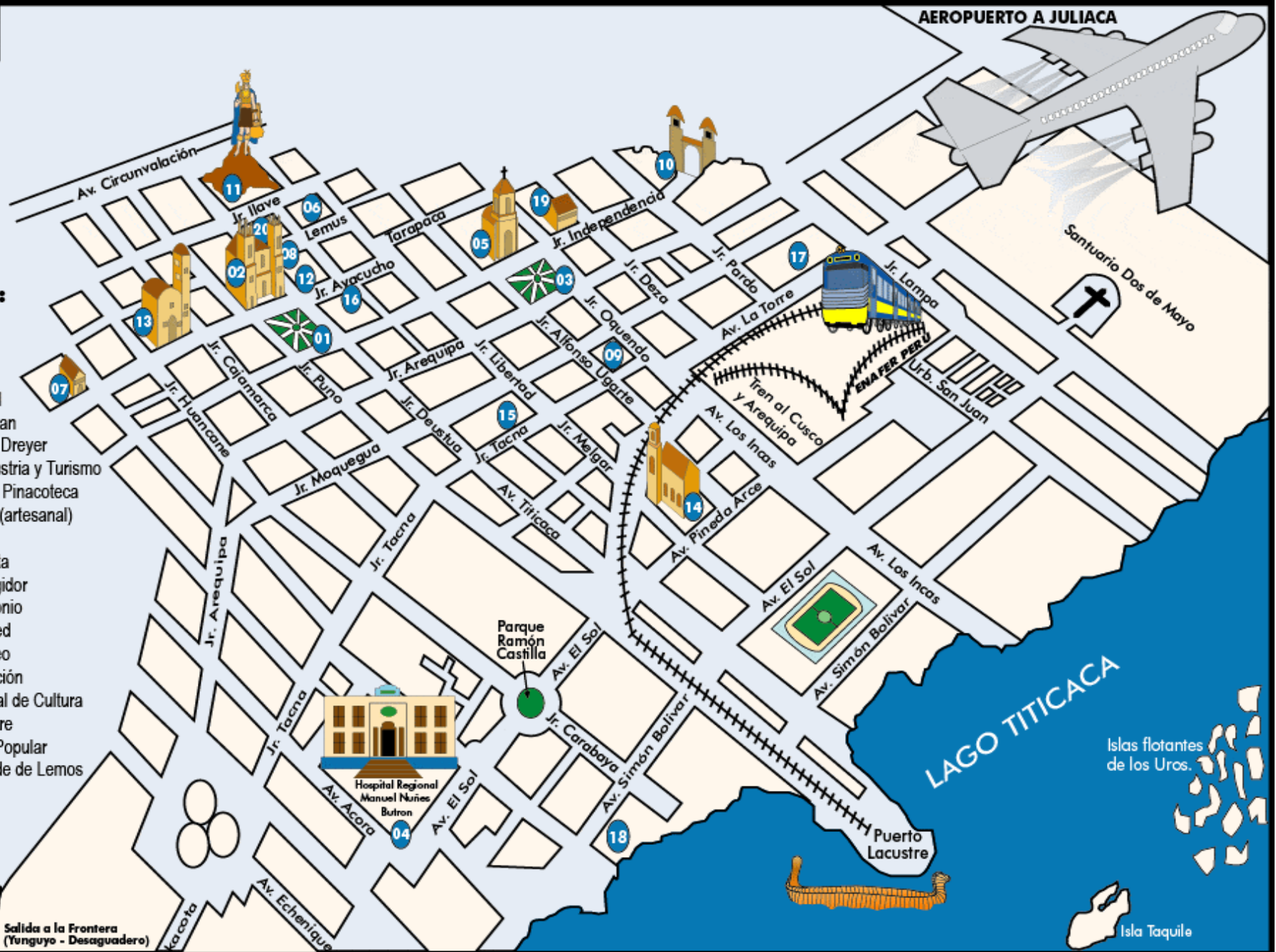
PUNO

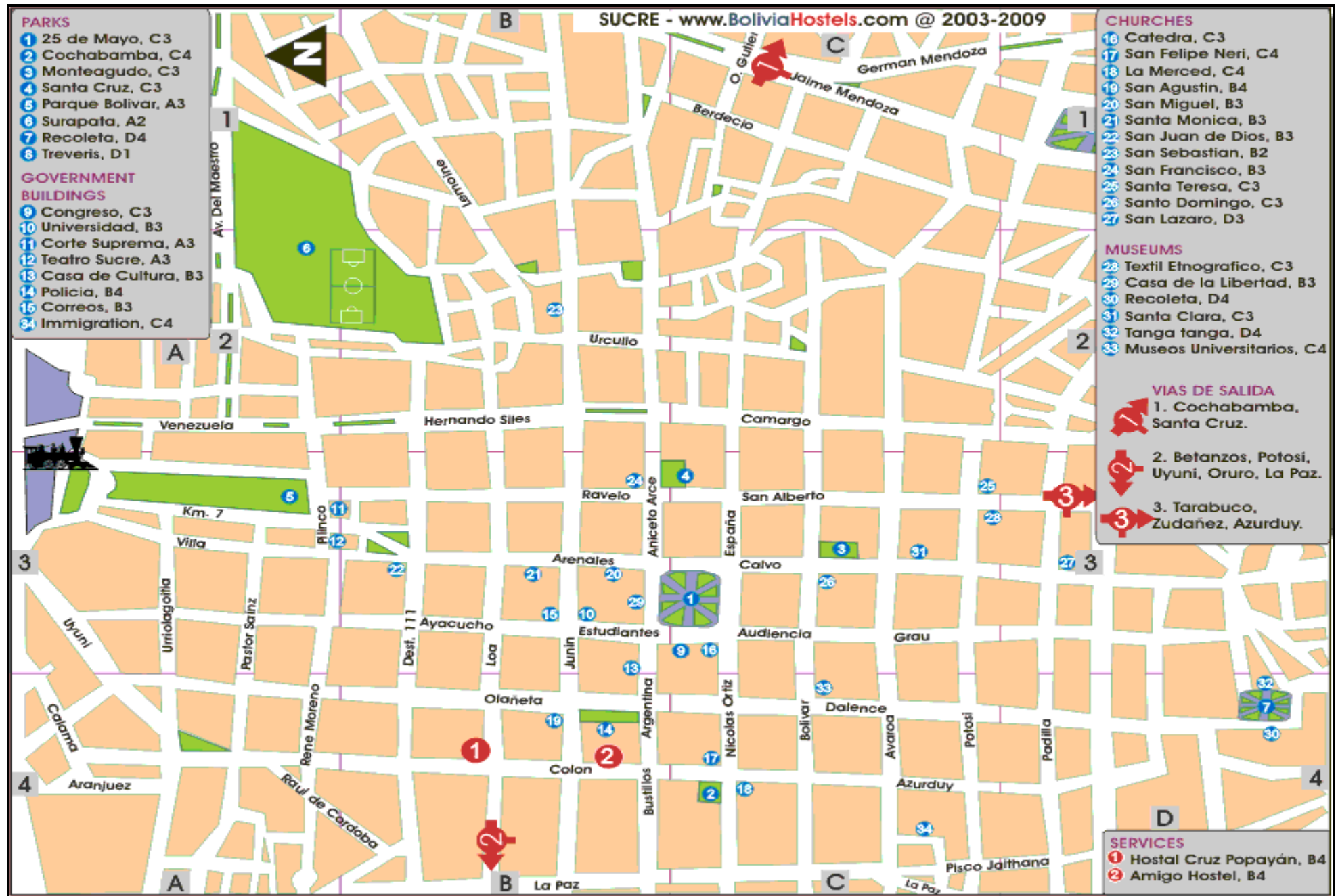
ATRATIVOS:

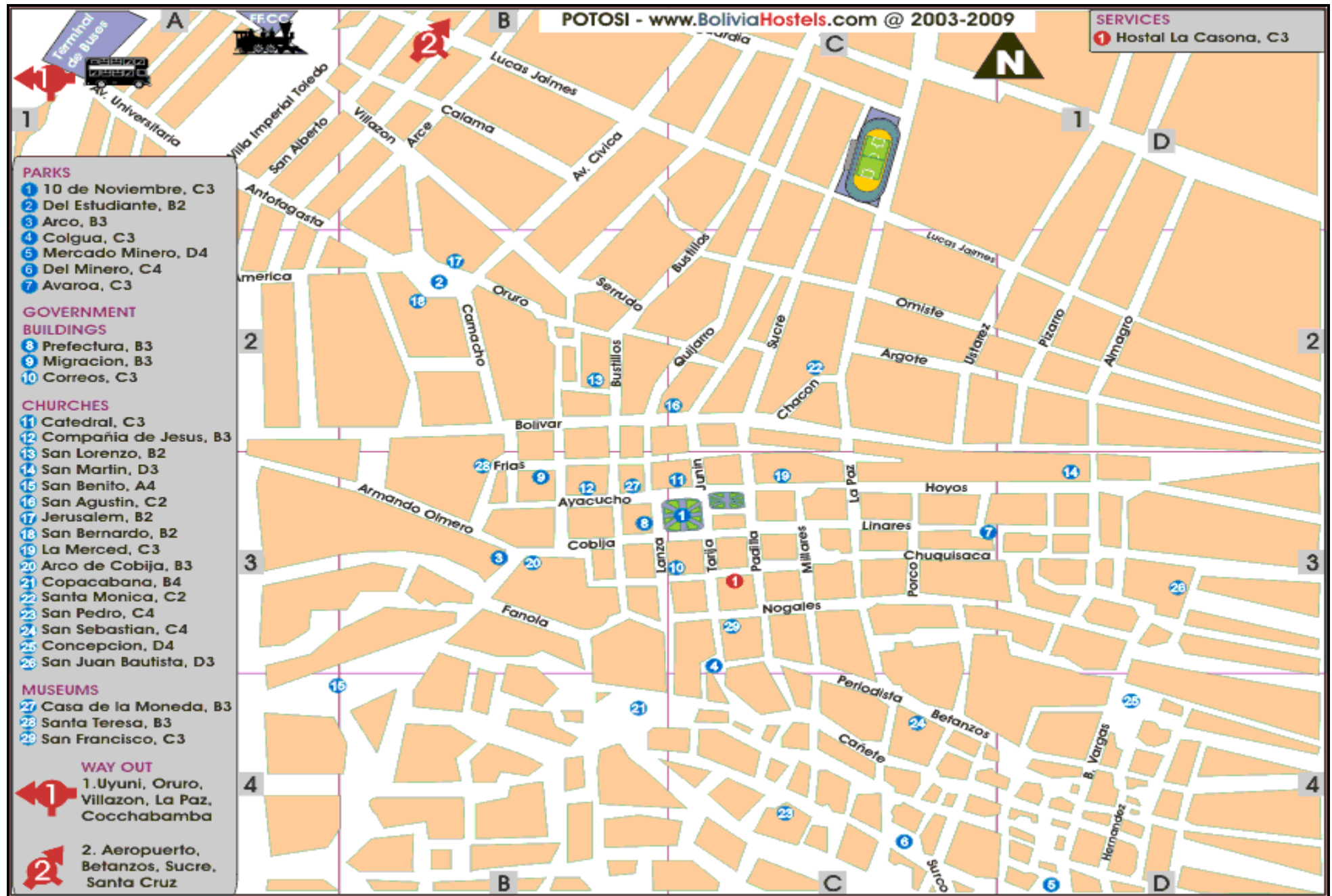
- 1.- Plaza de Armas
- 2.- La Catedral
- 3.- Parque Pino
- 4.- Hospital Regional
- 5.- Iglesia de San Juan
- 6.- Museo Municipal Dreyer
- 7.- Dirección de Industria y Turismo
- 8.- Museo Biblioteca Pinacoteca
- 9.- Mercado Central (artesanal)
- 10.- Arco Deustua
- 11.- Cerro Huajsapata
- 12.- Casa del Corregidor
- 13.- Iglesia San Antonio
- 14.- Iglesia La Merced
- 15.- Oficina de Correo
- 16.- Banco de la Nación
- 17.- Instituto Nacional de Cultura
- 18.- Terminal Terrestre
- 19.- Museo de Arte Popular
- 20.- Balcón del Conde de Lemos



Salida a la Frontera
(Yunguyo - Desaguadero)







Planilha Geral:

TRÊS LAGOAS – CAMPO GRANDE - CORUMBÁ				
DIA	O QUE?	MOEDA LOCAL	EMPRESA/PASSEIO	DOLLAR
17/12/2012	Transporte:	R\$ 59,06	Viação São Luiz - www.viacaosaoluiz.com.br (TL – CG)	\$31,24
	Transporte:	R\$ 73,65	Andorinha – www.andorinha.com (CG – Corumbá)	\$38,96
	Alimentação:	R\$ 25,00		\$13,22
	Taxi:	R\$ 15,00	Cruzar fronteira até estação	\$7,93
	TOTAL:	R\$ 172,71		\$91,35
PUERTO QUIJARRO				
18/12/2012	Transporte:	Bol 257	Ferrovía Oriental - www.ferroviariaoriental.com (Ferrobus p/ Sta Cruz)	\$37,46
	Alimentação:	Bol 20		\$2,91
	TOTAL:	Bol 277		\$40,37
SANTA CRUZ DE LA SIERRA				
19/12/2012	Transporte:	Bol 160	Flota Bus Bolívar/ Trans Copacabana	\$ 23,32
	Alimentação:	Bol 20		\$ 2,91
	Hospedagem:	Bol 65	Hostel Jodanga - www.jodanga.com	\$ 9,47
	TOTAL:	Bol 245		\$ 35,70
SUCRE				
20/12/2012	Transporte:	Bol 27	http://www.boliviaentusmanos.com/terminal/horarios.php (Potosi) + Bol 10 (Taxi)	\$3,94
	Alimentação:	Bol 15		\$2,18
	Passeios	Bol 30	Tour para ver as pegadas que sai da Plaza 25 de maio*	\$4,37
	Compras:	Bol 80	Mantimentos e Água p/ Salar de Uyuni	\$11,66
	TOTAL:	Bol 152		\$22,15
POTOSÍ				

20/12/12	Transporte:	Bol 60	http://www.boliviaentusmanos.com/terminal/horarios.php (Uyuni) + Bol 20 (Taxi)	\$8,75
	Alimentação:	Bol 25		\$3,65
	Hospedagem:	Bol 60	Hotel San Antonio - http://www.bolivia-online.net/en/potosi/135/san-antonio-hotel-potosi-bolivia	\$8,74
	Passeios	Bol 75	(Tarapaya) + 50 (Minas*) + 20 (Casa da Moeda)	\$7,29
	TOTAL:	Bol 135		\$28,43
UYUNI				
21/12/2012	Alimentação:	Bol 25		\$3,64
	Hospedagem:	Bol 30	Hotel Avenida - http://www.boliviahostels.com/Hotel_Avenida-Uyuni_761-en.html	\$4,37
	Passeios	Bol 645	www.colquetours.com (Salar) + Bol 15 + 30 (Isla Del Pescado + Reserva)	\$94,02
	TOTAL:	Bol 700		\$102,03
SÃO PEDRO DO ATACAMA				
23/12/2012	Transporte:	P\$ 18.000	https://www.turbus.cl/wtbus/indexCompra.jsf (Arica)	\$16,88
	Alimentação:	P\$ 11.000	Calculo de 6 refeições de +/- P\$ 1.800	\$12,54
	Hospedagem:	P\$ 14.000	Hostel Alana – 2 diárias	\$28,68
	Passeios	P\$ 80.000		\$163,90
	Compras:	P\$ 5.000	Compras na vendinha	\$10,24
24/12/2012	TOTAL:	P\$ 128.000		\$232,24
ARICA				
25/12/2012	Transporte:	P\$ 2.500	Taxi (Tacna)	\$5,12
	Alimentação:	P\$ 1.000		\$2,04
	TOTAL:	P\$ 3.500		\$7,16
TACNA				
26/12/2012	Transporte:	Soles 30	https://ticketnet.cruzdelsur.com.pe/main.php (Arequipa)	\$11,32
	Alimentação:	Soles 10		\$3,77
	TOTAL:	Soles 40		\$15,09

AREQUIPA				
27/12/2012	Transporte:	S/ 85	www.expresocial.com / www.tepsa.com.pe	\$ 32,07
	Alimentação:	S/ 78	Calculo de 6 refeições de +/- S/ 13	\$ 29,43
	Hospedagem:	S/ 40	Arequipa Suites Plaza Hostal – 2 diárias - http://www.asuitesplaza.com	\$ 15,10
	Passeios	S/ 260		\$ 98,11
	Compras:	S/ 15	Compras (Não esquecer de agua se for fazer Trekking no Canyon)	\$ 5,66
28/12/2012	TOTAL:	S/ 478		\$180,37
NAZCA				
29/12/2012	Transporte:	S/ 25	www.oltursa.com.pe (Ica)	\$ 9,43
	Alimentação:	S/ 15	Almoço	\$ 5,66
	Passeios	S/ 204	Sobrevôo + cemitério Chauchilla + Mirador	\$ 76,98
	TOTAL:	S/ 244		\$92,07
ICA				
30/12/2012	Transporte:	S/ 165	www.expresocial.com / www.tepsa.com.pe	\$62,26
	Alimentação:	S/ 40		\$15,10
	Hospedagem:	S/ 40	Casa de Arena 2	\$15,10
	Passeios	S/ 125		\$47,17
31/12/2012	TOTAL:	S/ 370		\$139,63
PISCO				
31/12/2012	Transporte:	S/ 10	Taxi (se formos contratar o passeio em Pisco)	\$32,07
	Alimentação:	S/ 20		\$29,43
	Passeios	S/ 60		\$98,11
1/1/2013	TOTAL:	S/ 478		\$159,61
CUSCO				
2/1/2013	Transporte:	S/ 258	Tur Peru / www.perurail.com (Ollanta>AC>Ollanta) (AC + Puno)	\$97,35

3/1/2013	Alimentação:	S/ 78	Calculo de 6 refeições de +/- S/ 13	\$29,43
	Hospedagem:	S/ 100	Preço médio dos hostels	\$37,73
	Passeios	S/ 225	Boleto Turístico + Vale Sagrado + City Tour + 4 atrações pagas à parte	\$84,91
	Compras:	S/ 100	Compras p/MP + Balada	\$37,73
4/1/2013	TOTAL:	S/ 761		\$287,15
AGUAS CALIENTES				
5/1/2012	Transporte:	S/ 36	Bus p/ subir à MP (praça) (MP)	\$13,58
	Alimentação:	S/ 45	Calculo de 3 refeições de +/- S/ 15	\$16,98
	Hospedagem:	S/ 50	Las Rocas 2 noites	\$18,87
	Passeios	S/ 172	Banhos Termais + Machu Picchu + Huayna Picchu	\$64,91
6/1/2013	TOTAL:	S/ 303	Não se desesperem! Estamos indo à Bolívia e lá nossos reais valem ouro	\$114,34
PUNO				
7/1/2013	Transporte:	S/ 30	(Copacabana)	\$ 11,32
	Alimentação:	S/ 15		\$ 5,67
	Passeios	S/ 30	Ilhas Flutuantes dos Uros	\$ 11,32
	TOTAL:	S/ 75		\$28,31
COPACABANA				
8/1/2013	Transporte:	Bols 35	Nuevo Continental (La Paz)	\$ 5,10
	Alimentação:	Bols 40		\$ 5,83
	Hospedagem:	Bols 40		\$ 5,83
	Passeios	Bols 45	Barco + Entrada Ilha Del Sol + Pedágios Trekking	\$ 6,56
	Compras:	Bols 20	Regalos	\$ 2,92
	TOTAL:	Bols 180		\$26,24
LA PAZ				
9/1/2013	Transporte:	Bols 170	El Dorado (Sta Cruz)	\$ 24,78

	Alimentação:	Bols 90		\$ 13,12
	Hospedagem:	Bols 100		\$ 14,58
10/1/2013	Passeios	Bols 525	Barco + Entrada Ilha Del Sol + Pedágios Trekking	\$ 76,53
	Compras:	Bols 50	Regalos	\$ 7,29
11/1/2013	TOTAL:	Bols 935		\$136,30
SANTA CRUZ DE LA SIERRA				
12/1/2013	Transporte:	Bol 257	Ferrovía Oriental - www.ferroviariaoriental.com (Ferrobus p/ Sta Cruz)	\$ 37,46
	Alimentação:	Bol 20		\$ 2,91
	TOTAL:	Bol 277		\$40,37
CORUMBÁ - CAMPO GRANDE TRÊS LAGOAS				
13/1/2013	Transporte:	R\$ 59,06	Viação São Luiz - www.viacaosaoluiz.com.br (TL – CG)	\$31,24
	Transporte:	R\$ 73,65	Andorinha – www.andorinha.com (CG – Corumbá)	38.96
	Alimentação:	R\$ 25,00		\$13,22
	Taxi:	R\$ 15,00	Cruzar fronteira até estação	\$7,93
	TOTAL:	R\$ 172,71		\$52,39