

JALAPÃO - VOLTA AO PARQUE COM TRILHAS E RAFTING

DURAÇÃO

8 dias / 7 noites

DIFICULDADE

Intenso (3/5)

A PARTIR DE

R\$ 6.420,00

Para amantes de boas caminhadas, o melhor roteiro do Jalapão!

DIA A DIA

1º Dia - ORIGEM / PALMAS :

Hoje embarcaremos em voo com destino a Palmas, capital do Tocantins e ponto de partida de nossa jornada pelo Jalapão! Após nossa recepção no Aeroporto de Palmas, faremos o traslado até o hotel (check-in a partir das 12h), onde passaremos esta noite. O restante do dia será livre para aproveitarmos a cidade.

Sem refeições inclusas;

Pernoite em Palmas.

2º Dia - PALMAS / MORRO DA CATEDRAL / SÃO FÉLIX DO TOCANTINS:

Sairemos com destino a São Felix do Tocantins, mas antes uma parada para um banho refrescante na nascente do Rio Peixinho. Logo após seguiremos para nosso local de almoço, na Comunidade da Taboca. E no final da tarde subiremos o Morro da Catedral, um dos cartões postais do Jalapão, onde teremos a magnífica experiência de apreciar o entardecer. Após a descida, faremos nosso jantar e pernoite em São Félix.

Cronologia estimada:

7h15 - Saída de Palmas

08h30 - Parada técnica no município de Lagoa

11h - Banho na nascente do Rio Peixinho

12h30 - Almoço na Comunidade da Taboca ou Parque Encantado

16h30 - Subida no Morro da Catedral (atividade Escalaminhada) - Trilha Moderada*

19h30 - Jantar e pernoite em São Félix

*Trilha Moderada: a trilha do Morro da Catedral tem duração de aproximadamente 2h, em um percurso de 2.800m ida e volta, com pequenas pedras soltas, no final da trilha tem uma escalaminhada para chegar no topo do morro, que tem 200m de altura, a descida ocorre a noite.

Nível de dificuldade: leve

Distância: 798m

Inclinação: 27% (méd.) e 54% (máx.)

Elevação: 374m (min.), 473m (méd.) e 553 (máx.)

Ganho de elevação: 184m

Deslocamento em transporte 4x4: 245km, sendo 115km pavimentados.

Café da manhã, almoço e jantar inclusos;

Pernoite em São Félix do Tocantins.

3º Dia - SÃO FÉLIX DO TOCANTINS / CAIAQUE OU RAFTING NO RIO SONINHO:

Neste dia, nos aventuraremos por uma trilha de 9 km que conecta o encantador Fervedouro do Alecrim a Comunidade Boa Esperança. Será uma caminhada imersiva pela natureza, onde poderemos apreciar a beleza única da vegetação do cerrado e as águas cristalinas dos fervedouros ao longo do caminho. Após um delicioso almoço no Fervedouro Jatobá. Teremos a tarde livre, podendo optar por atividades opcionais, conforme abaixo descrito. No final da tarde faremos uma visita a Comunidade do Prata, local onde jantaremos. Depois seguiremos para a pousada em São Félix.

Atividades Opcionais:

i) uma aventura de Rafting classe II e III por 10km, aproximadamente, duração de 2h30 de descida pelo Rio Soninho;

ii) Desfrutar de um banho refrescante na Cachoeira das Araras;

***ATENÇÃO:** Para as atividades opcionais, consultar o guia no local. As atividades opcionais devem ser agendadas previamente, sendo que o Rafting deve ser programado no dia anterior. Caso opte pelas atividades dentro Glamping, não será possível realizar Rafting. O Rafting só será realizado apenas com mínimo de 2 pessoas.

*Valor do rafting R\$ 300 por pessoa.

Cronologia estimada:

6h - Café da manhã

06h45 - Saída para o Fervedouro Alecrim

07h40 - Início da trilha para a Comunidade Boa Esperança

11h30 - Almoço no Fervedouro Jatobá

13h30 - Opcional de Rafting ou

15h00 - Cachoeira das Araras

17h00 - Visita a Comunidade do Prata

20h00 - Pernoite em São Félix

Nível de dificuldade: moderado

Distância: 9,5km

Tempo: 4h

****Trilha dos Fervedouros:** Trilha leve, com caminhada de 8 km em superfície plana, em terreno arenoso, com duração aproximadamente de 4h.

Café da manhã, almoço e jantar inclusos;

Pernoite em São Félix do Tocantins.

*** Nos meses de estiagem, de maio a outubro, haverá substituição da Trilha dos Fervedouros, pela Trilha da Velha de acordo com a programação abaixo.**

Começaremos as atividades do dia bem cedo, às 6h da manhã com trekking na Travessia da Velha. Uma caminhada de aproximadamente 12km, passando por campos limpos e veredas até chegar na Cachoeira da Velha, uma oportunidade de vermos de um ângulo diferente do convencional, ou seja, na parte de dentro do parque. Faremos um piquenique em uma das praias do Rio Novo. Na sequência faremos um rafting de 2h de duração, com corredeiras classe IV, para que possam conhecer a emoção que pe remar no Jalapão. Visitaremos também, várias praias no maior rio de águas limpas e potável do Brasil. Depois de finalizado o rafting, retornaremos por uma trilha de 3,5km até o Jalapão Ecolodge com chegada prevista às 18h. Após, partiremos para São Félix para jantar (não incluso) e pernoite.

***Trilha desafiadora:** a Trilha da Velha é dividida em duas partes, a primeira de 12km até a queda da cachoeira da Velha, com duração de aprox. 4h30. Após o rafting, retomamos a trilha por mais 4km, em uma caminhada de aprox. 1h20. Boa parte dos trechos são em superfície plana, porém em solo arenoso.

Cronologia estimada:

04h40 - Café da manhã

05h00 - Saída da pousada

06h00 - Início da Travessia da Velha (12km)

10h30 - Chegada prevista na Cachoeira da Velha

12h00 - Almolanche (lanche de trilha)

13h40 - Instruções para Rafting (10km)

16h00 - Término do rafting

16h30 - Retomada Travessia da Velha (3,5km)

18h00 - Final da Trilha da Velha com chegada no Jalapão Ecolodge

19h30 - Jantar e pernoite em São Félix

Café da manhã, lanche de trilha e jantar inclusos;

Pernoite em São Félix do Tocantins.

4º Dia - FERVEDOURO BURITIZINHO / COMUNIDADE MUMBUCA / CACHOEIRA DO FORMIGA / ENCONTRO DOS RIOS:

Após o café da manhã seguiremos em direção à Mateiros, visitaremos o Fervedouro Buritizinho. Depois do banho de rio iremos caminhar 4km em meio ao Cerrado, até o Fervedouro Encontro das Águas. Iremos desfrutar do banho no Encontro dos rios Formiga e Soninho, onde poderemos notar a diferença de temperaturas e cores de suas águas. Em seguida almoçaremos uma típica comida jalapoeira na Comunidade Quilombola Mumbuca, berço do capim dourado. Após um breve descanso, seguiremos até a Cachoeira do Formiga, considerada uma das mais belas do Jalapão, com suas águas de cor verde esmeralda que proporciona um banho relaxante e renovador para o corpo. Um dos mais desejados e belos para banho, mergulho e flutuação. Partimos para a cidade de Mateiros para jantar e pernoite.

Cronologia estimada:

7h - Café da manhã

7h30 - Saída para Fervedouro Buritizinho

9h30 - Início travessia entre os fervedouros (4km)

10h - Visita ao Encontro dos Rios

13h - Almoço Comunidade Mumbuca

15h - Visita à Cachoeira do Formiga

19h30 - Jantar

Nível de dificuldade: leve

Distância: 4km

Inclinação: 1,8% (méd.) e 5.4% (máx.)

Elevação: 398m (min.), 426m (méd.) e 466m (máx.)

Ganho de elevação: 133m

Deslocamento em transporte 4x4: 110km

***Trilha Leve:** a trilha dos fervedouros tem duração de 1h30, em um percurso de 4km, em superfície plano, sendo 90% de trecho sombreado.

Café da manhã, almoço e jantar inclusos;

Pernoite em Mateiros.

5º Dia - MATEIROS / SERRA DO ESPÍRITO SANTO / DUNAS DO JALAPÃO / PONTE ALTA:

Começaremos o dia bem cedo (em torno das 4h da manhã), com um trekking na Serra do Espírito Santo, aproximadamente 2h (ida e volta) de duração com uma subida de 5km, onde poderemos apreciar o alvorecer e uma paisagem deslumbrante. Em seguida visitaremos as Dunas do Jalapão, um belo cenário com suas areias laranja dourado, rodeadas de serras e veredas para apreciar essa paisagem autêntica da região jalapoeira. Logo após a visita das Dunas, conheceremos uma prainha do Rio Novo onde poderemos tomar um banho e almoçaremos no restaurante da Dona Deusa na Comunidade dos Rios. Após o descanso seguiremos para Ponte Alta para jantar e pernoite.

Cronologia estimada:

3h30 - Café da manhã

4h - Saída para o trekking no Mirante da Serra do Espírito Santo (1,6 km ida e volta)

8h - Visita às Dunas

9h - Lanchinho

10h30 - Banho na Praia do Pixico (Rio Novo)

13h - Almoço no Restaurante Curicaca

14h - Deslocamento

20h - Jantar e pernoite

Nível de dificuldade: moderado

Distância: 6km

Inclinação: 13,6% (méd.) e 52.2% (máx.)

Elevação: 541m (min.), 755m (méd.) e 794m (máx.)

Ganho de elevação: 306m

Deslocamento em transporte 4x4: 180km

Café da manhã, almoço e jantar inclusos;

Pernoite em Ponte Alta.

6º Dia - PONTE ALTA / CÂNION ENCANTADO / PEDRA FURADA / PONTE ALTA:

Sairemos em direção a Pedra Furada, uma enorme pedra de arenito esculpida pelo vento e chuva, parada obrigatória para aquela foto clássica. Em seguida deslocaremos para o Cânion Encantado, um lugar de beleza rara e única, em algumas épocas do ano chega a ter mais de cinco cachoeiras que podem ser vistas do mesmo lugar, faremos uma caminhada por dentro do Cânion aproximadamente de 5km. Almoçaremos na fazenda, com a culinária de D. Rosa, onde apreciaremos uma deliciosa comida caseira, após um breve descanso retornaremos para Ponte Alta.

Cronologia estimada:

7h - Café da manhã

7h40 - Saída para a Pedra Furada

10h - Visita ao Cânion Encantado

13h - Almoço

14h30 - Deslocamento

17h30 - Previsão de chegada em Ponte Alta

19h30 - Jantar e pernoite em Ponte Alta

Nível de dificuldade: moderado

Distância: 3km

Inclinação: 6,7% (méd.) e 29,4% (máx.)

Elevação: 453 (mín.), 482 (méd.) e 519 (máx.)

Ganho de elevação: 110m

Deslocamento em transporte 4x4: 350km

***Trilha Moderada:** a trilha do Cânion Encantado tem percurso de 5.2km total (ida e volta) terreno plano, sendo 500mt de descida/subida íngreme para acessar o Cânion, com duração de aproximadamente 3h.

Café da manhã, almoço e jantar inclusos;

Pernoite em Ponte Alta.

7º Dia - PONTE ALTA / LAGOA DO JAPONÊS:

Começaremos nosso dia conhecendo a famosa e imponente Lagoa do Japonês, um lugar de beleza rara e única, com suas águas cristalinas e em tons ora azuis e ora esverdeados, com suas curiosas formações rochosas calcárias, para quem deseja relaxar e aproveitar a beleza natural deslumbrante. Almoçaremos uma comida típica local na Dona Almerinda. Após um breve descanso, seguiremos para Palmas, com chegada prevista para as 18h.

Cronologia estimada:

7h30 - Café da manhã

8h30 - Visita à Lagoa do Japonês

12h - Almoço no restaurante da Dona Almerinda

14h - Deslocamento

18h - Chegada estimada em Palmas

Café da manhã e almoço inclusos;
Pernoite em Palmas.

8º Dia - PALMAS / ORIGEM:

Hoje nos despediremos do Tocantins e voltaremos à nossa cidade de origem. Check-out no hotel até às 11h, e em horário combinado, faremos o traslado ao Aeroporto de Palmas para embarque no seu voo de retorno.

Café da manhã;
Sem pernoite incluso.

OBS: É possível estender mais um dia no roteiro para incluir o Taquaruçu. Consulte valores no ato da reserva. Descritivo em "Informações importantes" abaixo.

*****A programação acima poderá sofrer modificações devido a fatores climáticos, de acesso ou que possam interferir na segurança dos participantes.**

DATAS E PREÇOS

DATA	STATUS	A PARTIR DE
05/09/2026	Saída Garantida	R\$ 6.740,00
12/09/2026	Há Vagas	R\$ 6.740,00
19/09/2026	Há Vagas	R\$ 6.740,00
03/10/2026	Há Vagas	R\$ 6.740,00
17/10/2026	Saída Garantida	R\$ 6.740,00
24/10/2026	Há Vagas	R\$ 6.740,00
07/11/2026	Há Vagas	R\$ 6.180,00
21/11/2026	Há Vagas	R\$ 6.180,00
05/12/2026	Há Vagas	R\$ 6.180,00
19/12/2026	Há Vagas	R\$ 6.180,00
26/12/2026	Há Vagas	R\$ 6.790,00
27/12/2026	Há Vagas	R\$ 6.790,00
28/12/2026	Há Vagas	R\$ 6.790,00
29/12/2026	Saída Garantida	R\$ 6.790,00

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui

- Traslado aeroporto de Palmas / hotel / aeroporto de Palmas;
- Transporte em veículo 4x4 a partir de Palmas;
- Guia credenciado no Ministério do Turismo;
- 2 pernoites em Palmas com café da manhã;
- 2 pernoites em São Félix do Tocantins com café da manhã;
- 1 pernoite em Mateiros com café da manhã;
- 2 pernoites em Ponte Alta com café da manhã;
- Pensão completa com alimentação regional (café da manhã, almoço e jantar, exceto bebidas);
- Lanche de trilha (barras de cereal, biscoitos, mix de castanhas e/ou frutas secas ou outros similares);
- Rafting (mínimo 2 pessoas);
- Taxas de visitação dos atrativos;
- Seguro viagem;
- Brinde especial Pisa Trekking.

Não inclui

- Passagens aéreas;
- Taxas e impostos governamentais;
- Despesas de caráter pessoal;
- Itens não mencionados;
- Refeições em Palmas;
- Bebidas.

PONTOS DE INTERESSE

- Roteiro pioneiro com atividades de aventura no Jalapão;
- Perfeito para quem deseja aproveitar as belezas do Parque de maneira ativa;
- 5 dias conhecendo os principais atrativos do Jalapão;
- Curtir as principais trilhas e as mais belas cachoeiras do Parque, como a Cachoeira da Formiga;
- Descobrir os fervedouros locais e o fenômeno da ressurgência;
- Apreciar a incrível paisagem das Dunas do Jalapão, com suas areias douradas;
- Subir a Serra do Espírito Santo para apreciar o Jalapão do alto;
- Contemplar a beleza natural da Serra da Catedral;
- Grupos reduzidos com no máximo 12 pessoas;
- Veículos de 7 lugares para no máximo 5 ocupantes por carro.

SOBRE A TRILHA

Ressaltamos que esse roteiro é indicado para pessoas com um espírito aventureiro, que desejam conhecer uma região de beleza rara. A região tem difícil acesso e atrativos distantes. Durante todo o roteiro,

percorremos cerca de 1.000km de distância em veículos 4x4. Metade desse trajeto é feito em precárias estradas de terra e areiões. O Jalapão é uma região de estradas e trilhas de difícil acesso que demandam esforço dos veículos, por este motivo e por questões de segurança, transitamos sempre em velocidade reduzida. Mesmo assim, podem ocorrer avarias, situações estas que podem demandar o uso de veículos de terceiros para apoio e transporte. Isto pode demorar, levar à atrasos e modificações no roteiro.

O QUE LEVAR

- Mochila de ataque (mochila pequena para levar durante a trilha);
- Mochila de hidratação, cantil ou garrafa pet (mínimo 2L);
- Camiseta de manga longa com proteção UV;
- Recomendável uso de calça-bermuda para trekking;
- Casaco leve para as noites mais frias de maio a setembro (mínima 16°C);
- Roupas leves (bermudas, camisetas manga curta, regatas);
- Bota de trekking ou tênis confortável para a trilha, com solado antiderrapante;
- Recomendamos o uso sapatilha aquática ou papete para prática de rafting;
- Chinelo;
- Chapéu ou boné;
- Traje de banho;
- Toalha esportiva de secagem rápida (para os passeios e trilhas);
- Lanterna (preferencialmente de cabeça);
- Óculos de sol;
- Óculos de mergulho (snorkel ou óculos de natação);
- Protetor solar;
- Repelente;
- Produtos de higiene pessoal;
- Medicamentos de uso pessoal;
- Dinheiro para compras extras (como bebidas alcoólicas, artesanato e gorjetas).

SUGERIMOS BAGAGEM PESANDO ATÉ 10KG POR PESSOA OU MOCHILA DE, NO MÁXIMO, 50L.

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Extensão Taquaruçu

Iremos buscar no seu hotel por volta das 8h40. Começaremos nosso roteiro com um dia relaxante e cheio de encantos no Distrito de Palmas, Taquaruçu, um lugarzinho aconchegante e bucólico, de gente hospitaleira e cheio de cachoeiras de águas frias e cristalinas, o manancial de águas da capital do estado. Visitaremos a Fazenda Ecológica e curtir a bela Cachoeira das Araras (25m), talvez aqui tenhamos a oportunidade de sermos conduzidos pelos labradores dóceis da propriedade. Após o almoço iremos conhecer mais dois atrativos, a Cachoeira Escorrega Macaco (50m de altura) e a Cachoeira Roncadeira (70m). Em seguida iremos apreciar o entardecer em algum local especial.

Cronologia estimada

8h – Saída de Palmas

9h – Vivência Surpresa

10h30 – Cachoeira das Araras

12h – Almoço Fazenda Ecológica

14h – Visita a Cachoeira Escorrega Macaco e Roncadeira (Opcional Rapel)

16h30 – Opcional Tirolesa

Pisa Trekking — Trekking e Aventuras pelo Brasil e o Mundo · pisa.tur.br

Documento gerado em 05/09/2026. Valores e datas sujeitos a alteração; consulte-nos para confirmação.