



PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO

Cidades V

PLANILHA DE NAVEGAÇÃO

ESTUDANTES

Fundação Granja
Esc. São José

- Esc. Mun. Dona Dorica

ITAÚNA MG

04/07/25
Sexta-feira

Realização:















Patrocínio:




Apoio:





LEGENDA

 PORTAL	 ORIGEM	 POSIÇÃO EXATA
 CAMINHO	 DIREÇÃO A SEGUIR	 RAMIFI-CAÇÃO
 BÚSSOLA	 PERIGO	 ÁRVORE
 COQUEIRO	 PINHEIRO	 BAMBÚZAL
 MOITA	 TRONCO CAÍDO	 ÁRVORE CAÍDA
 CHARCO, BREJO	 ÁGUA	 RIO, RIACHO
 PONTE	 PINGUELA	 CONSTRUÇÃO
 CERCA	 PEDRA	 PORTEIRA, PORTÃO
 POSTE	 CRUZEIRO	 PLACAS
 IGREJA	 TELA	 PASSA UM
 MATA-BURRO	 ESCADA	 VALA
 BARRANCO	 CUPINZEIRO	 TOCO
 MURO	 CLAREIRA	 EROSÃO

VAMOS COMEÇAR A TRILHA!

 Confira o horário de largada da sua equipe no grid e retire o chip no momento do check-in.

 Dirija-se ao portal de largada com a equipe completa, no horário indicado.

 **ATENÇÃO:** não é necessário aguardar o locutor chamar a equipe – siga o HORÁRIO do GRID DE LARGADA!

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Para que a prova ocorra com tranquilidade, segurança e sem impactos negativos, é fundamental que todas as equipes respeitem o regulamento e as orientações descritas na planilha.

As áreas acessadas durante a prova são previamente autorizadas exclusivamente para o evento, e não podem ser utilizadas novamente sem permissão dos proprietários.

Orientações Técnicas:

"Siga a X" indica que a equipe deve seguir nessa direção ignorar trilhas, caminhos ou obstáculos, até encontrar a próxima referência.

Ao encontrar um PC de placa (sem presença de monitor), siga os seguintes passos:

1. Aperte o botão vermelho uma vez.
2. Conecte o chip e aguarde os três bipes.
3. Retire o chip e continue a prova normalmente.

Se houver falha na conexão do chip:

1. Aperte o botão vermelho novamente.
2. Digite o número da equipe no painel.
3. Aperte ENTER.
4. Continue a prova normalmente e, ao final, comunique o ocorrido à organização por meio de recurso.

INSTRUÇÕES:

1. Se encontrar um PC Virtual:

Informe a distância total (em metros) a partir do início do trecho.

Confira o valor digitado antes de confirmar e inserir o chip.

Sempre anote o tempo de passagem — recursos sem essa informação exata não serão aceitos.

ATENÇÃO:

Não atravesse ruas ou estradas para conectar em PCs do outro lado.

Caminhe sempre do lado indicado na planilha.



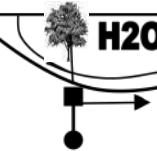
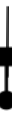







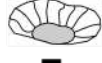

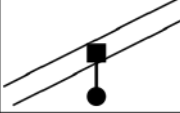
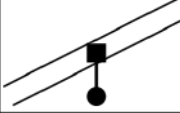
Sem indicação de lado, ande pelo meio da trilha e faça a conexão nos PCs dos dois lados.



Não conecte em PCs virados de costas (contrários ao sentido que a equipe está seguindo).


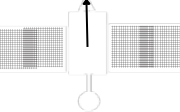




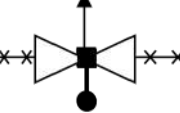




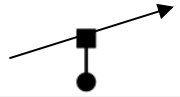
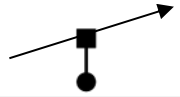




Em trechos sem metragem final, a equipe deve estimar essa distância.


















Quando for especificado deslocamento, retorne à referência indicada e se posicione para continuar a navegação como estava antes.










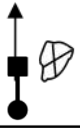
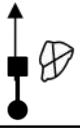






Veja as fotos e vídeos dessa trilha no instagram **@femitepofical SIGA** e participe de sorteios de bússolas.

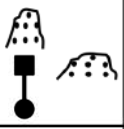
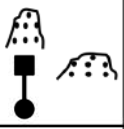




DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 01	VELOCIDADE MÉDIA 35 m/min
000		SIGA A 340°
005		PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
068		SIGA A 340°
073		SIGA A 330° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
014		SIGA A 330° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
087		SIGA A 330° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
005		SIGA A NORTE°
092		SIGA A NORTE°
011		SIGA A 320°
103		SIGA A 320°
009		SIGA A 345° BURACO
112		SIGA A 345° BURACO
008		SIGA A 300° VALA DE CONCRETO
120		SIGA A 300° VALA DE CONCRETO
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 01	













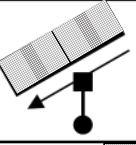
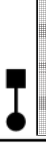

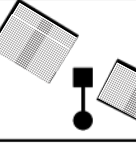
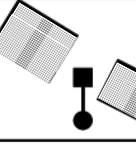
DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
014		SIGA A 335°
134		SIGA A 335°
027		SIGA A 345°
161		SIGA A 345°
017		SIGA A NORTE VALA DE CONCRETO
178		SIGA A NORTE VALA DE CONCRETO
008		SIGA A 340° ÁRVORES ALINHADAS
186		SIGA A 340° ÁRVORES ALINHADAS
012		FORMIGUEIRO, SIGA PELA TRILHA
198		FORMIGUEIRO, SIGA PELA TRILHA
		POSTE COM CAIXINHA DE RELÓGIO E PORTÃOZINHO
026		SIGA A 90° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
224		SIGA A 90° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
009		SIGA A 345° PRANCHAS DE MADEIRA
233		SIGA A 345° PRANCHAS DE MADEIRA
017		70° PELO CORREDOR DE MUDAS
250		70° PELO CORREDOR DE MUDAS
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 02	

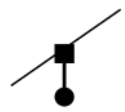





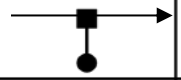
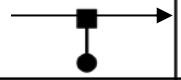
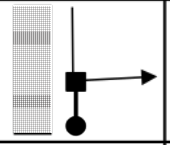
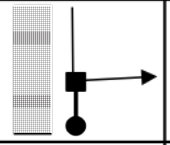




DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		PORTÃOZINHO E TELA
026		340° PELO CENTRO DO CAMINHO
276		340° PELO CENTRO DO CAMINHO
	TRECHO 02	VELOCIDADE MÉDIA 55 m/min
		PASSE PELA TRONQUEIRA E CONTINUE PELO CENTRO DO CAMINHO
		TOCO GRANDE E LARGO
166		SIGA A 20° CUPINZEIRO
166		SIGA A 20° CUPINZEIRO
010		PELA TRILHA
176		PELA TRILHA
		CONTINUE PELA TRILHA
060		PELA TRILHA
236		PELA TRILHA
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 03	




DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 03	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min
		PEDRA CONTINUE PELA TRILHA
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
		CONTINUE PELA TRILHA
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
090		CONTINUE PELA TRILHA
090		CONTINUE PELA TRILHA
036		CONTINUE PELA TRILHA
126		CONTINUE PELA TRILHA
012		CONTINUE PELA TRILHA
138		CONTINUE PELA TRILHA
014		
152		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 04	




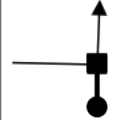
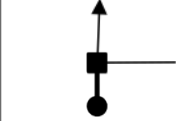
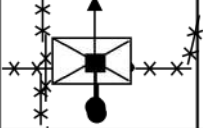
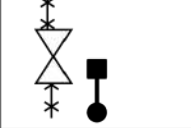
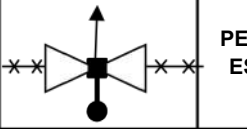
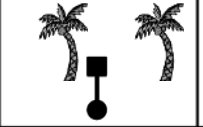
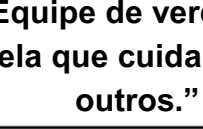
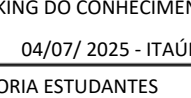

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
		TOCO GRANDE CONTINUE PELA TRILHA
036		PELA TRILHA
188		
014		CUPINZEIRO E DUAS ÁRVORES
202		
	TRECHO 04	VELOCIDADE MÉDIA 35 m/min
019		CONTINUE PELA TRILHA
019		
018		
037		
		ÁRVORE E TRONCO CAÍDO CONTINUE PELA TRILHA
016		SIGA A 170° CUPINZEIRO
053		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 05	



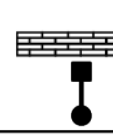
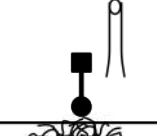
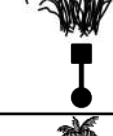
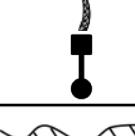
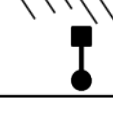
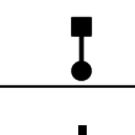

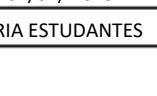
DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
ESTE E ALGUNS TRECHOS A SEGUIR SÃO DIFERENTES! SÃO PARTES TÉCNICAS, CHAMADAS DE: RALI DE BÚSSOLA A ATENÇÃO E O TRABALHO EM EQUIPE VÃO FAZER TODA A DIFERENÇA! O INTEGRANTE QUE ESTIVER LENDO A BÚSSOLA PRECISA MOSTRAR COM EXATIDÃO A DIREÇÃO DO ÂNGULO INDICADO.		
ATENÇÃO: O TERRENO É MUITO IRREGULAR, COM MUITOS BURACOS. MANTENHA FIRMEZA E CUIDADO EM CADA PASSO!		
018		SIGA A OESTE CUPINZEIRO
071		
011		SIGA A 320°
082		
		SIGA A 210°
		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 06	




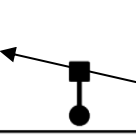
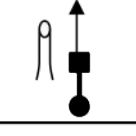
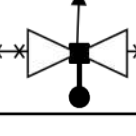
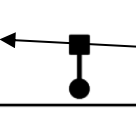
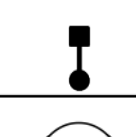
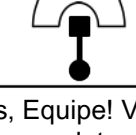
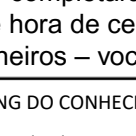
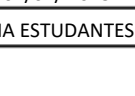

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
040		SIGA A 140°
122		
014		SIGA A 280°
136		
012		SIGA A 200°
148		
013		SIGA A 330° CUPINZEIRO, COQUEIRO E ÁRVORE
161		
		295° COCHO. PELA TRILHA
		SIGA A 80° TELA EN- TRADA DA ANTIGA GRANJA
		
		SIGA LATERAL A TELA
152		SIGA A 150°
313		
011		SIGA A 155° TELA SAÍDA DA GRANJA
324		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 07	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
015		SIGA A 235°
339		
015		SIGA A 250°
354		
	TRECHO 05	NEUTRAL T= 3 MINUTOS
APROVEITE O NEUTRO PARA CORRIGIR O TEMPO DA EQUIPE		
	TRECHO 06	VELOCIDADE MÉDIA 60 m/min
014		PELO CENTRO DO CAMINHO
014		
057		TELA DO HORTO
071		
029		SIGA A 335° CONSTRUÇÃO
100		
024		SIGA A 255°
124		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 08	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 07	NEUTRAL T= 15 MINUTOS
<p>APROVEITE O TRECHO NEUTRO PARA DESCANSAR, BEBER ÁGUA, OBSERVAR A NATUREZA E APROVEITAR O MOMENTO COM OS AMIGOS DA EQUIPE!</p> <p> Por que esse lugar é importante?</p> <ul style="list-style-type: none"> Ajuda a manter o clima agradável Dá sombra e vida para a comunidade É um espaço de aprendizado e convivência com a natureza <p> Cuide da trilha. Preservar esse lugar é cuidar da nossa própria qualidade de vida!</p>		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 09	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 08	VELOCIDADE MÉDIA 50 m/min
020		PELO CENTRO DO CAMINHO
020		
		
		
111		SIGA PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
131		
072		120°
203		
		PELO CANTO ESQUERDO
111		SIGA A 190° PALMEIRAS
314		
“Equipe de verdade é aquela que cuida uns dos outros.”		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 10	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 09	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min
029		SIGA A 25° PALMEIRA
029		
036		SIGA A 150° MURETA
065		
012		SIGA A 160° TOCO GRANDE
077		
		SIGA A 350° BAMBUZAL
		SIGA A 100° PALMEIRA
088		SIGA A 200° BARRANCO
165		
039		SIGA A 315° BAMBUZAIS
204		
043		SIGA A 360° TOQUINHO DE MADEIRA
247		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 11	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		SIGA A 265° PALMEIRA
		SIGA A 40°
		
		PELO CANTO DIREITO DO CAMINHO
		
174		
421		
003		PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
424		
070		SIGA A 150°
494		
003		
497		
Parabéns, Equipe! Vocês venceram o desafio e completaram a trilha juntos! Agora é hora de celebrar com seus companheiros – vocês são incríveis!		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
04/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA ESTUDANTES	PÁGINA 12	

**DEVOLVA O CHIP E A BÚSSOLA!
E FIQUE POR PERTO!**
Em breve: premiação das 3
MELHORES EQUIPES!

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos patrocinadores, à ArcelorMittal, à Fundação ArcelorMittal e à Belgo Arames, que celebra 50 anos, por apoiarem este projeto gratuito, realizado por meio da Lei de Incentivo ao Esporte, com apoio do Governo de Minas Gerais.

Nosso agradecimento à Prefeitura Municipal de Itaúna, em especial ao secretário de Esportes e Lazer, Pedro Augusto dos Santos Almeida, pelo apoio essencial à realização do projeto.

Estendemos também nossos agradecimentos à Secretaria de Educação e às demais secretarias e equipes da prefeitura que contribuíram para que essa iniciativa acontecesse.

Agradecemos às escolas participantes:

Fundação Granja Escola São José,
Escola Municipal Dona Dorica
(Diretora Patrícia Souza Campos),
Escola Estadual Vítor Gonçalves de
Sousa (Diretora Meire Rose de
Lisboa).

Nossa gratidão também a todos os professores, funcionários, estudantes, pais e responsáveis, pelo envolvimento em cada etapa desta jornada.

TEMPO IDEAL

TRECHO	TEMPO PARCIAL	TEMPO ACUMULADO
1	00:07:53	00:07:53
2	00:04:17	00:12:11
3	00:05:03	00:17:14
4	00:10:07	00:27:20
5	00:03:00	00:30:20
6	00:02:04	00:32:24
7	00:15:00	00:47:24
8	00:06:17	00:53:41
9	00:12:26	01:06:07

DISTÂNCIA PERCORRIDA:

2.003 METROS



PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO
Cidades V 2021.12.0210

Este projeto foi realizado pela FEMITEP Federação Mineira de Trekking e Enduro a Pé.

Acompanhe todos os nossos projetos e siga nossa programação de eventos e ações no Instagram: @femitepoficial.



www.femitep.com.br



PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO Cidades V

PLANILHA DE NAVEGAÇÃO

INICIANTE

Fundação Granja
Esc. São José

- Esc. Mun. Dona Dorica

ITAÚNA MG

05/07/25
Sábado

Realização:



Patrocínio:



Apoio:



MINAS
GERAIS

GOVERNO
DIFERENTE.
ESTADO
EFICIENTE.

LEGENDA

PORTAL	ORIGEM	POSIÇÃO EXATA
CAMINHO	DIREÇÃO A SEGUIR	RAMIFI-CAÇÃO
BÚSSOLA	PERIGO	ÁRVORE
COQUEIRO	PINHEIRO	BAMBÚZAL
MOITA	TRONCO CAÍDO	ÁRVORE CAÍDA
CHARCO, BREJO	ÁGUA	RIO, RIACHO
PONTE	PINGUELA	CONSTRUÇÃO
CERCA	PEDRA	PORTEIRA, PORTÃO
POSTE	CRUZEIRO	PLACAS
IGREJA	TELA	PASSA UM
MATA-BURRO	ESCADA	VALA
BARRANCO	CUPINZEIRO	TOCO
MURO	CLAREIRA	EROSÃO

VAMOS COMEÇAR A TRILHA!

Confira o horário de largada da sua equipe no grid e retire o chip no momento do check-in.

Dirija-se ao portal de largada com a equipe completa, no horário indicado.

ATENÇÃO: não é necessário aguardar o locutor chamar a equipe – siga o HORÁRIO do GRID DE LARGADA!

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

Para que a prova ocorra com tranquilidade, segurança e sem impactos negativos, é fundamental que todas as equipes respeitem o regulamento e as orientações descritas na planilha.

As áreas acessadas durante a prova são previamente autorizadas exclusivamente para o evento, e não podem ser utilizadas novamente sem permissão dos proprietários.

Orientações Técnicas:

"Siga a X" indica que a equipe deve seguir nessa direção ignorar trilhas, caminhos ou obstáculos, até encontrar a próxima referência.

Ao encontrar um PC de placa (sem presença de monitor), siga os seguintes passos:

1. Aperte o botão vermelho uma vez.
2. Conecte o chip e aguarde os três bipes.
3. Retire o chip e continue a prova normalmente.

Se houver falha na conexão do chip:

1. Aperte o botão vermelho novamente.
2. Digite o número da equipe no painel.
3. Aperte ENTER.
4. Continue a prova normalmente e, ao final, comunique o ocorrido à organização por meio de recurso.

INSTRUÇÕES:

1. Se encontrar um PC Virtual:

Informe a distância total (em metros) a partir do início do trecho.

Confira o valor digitado antes de confirmar e inserir o chip.

Sempre anote o tempo de passagem — recursos sem essa informação exata não serão aceitos.

ATENÇÃO:

Não atravesse ruas ou estradas para conectar em PCs do outro lado.

Caminhe sempre do lado indicado na planilha.















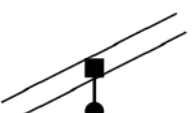

Sem indicação de lado, ande pelo meio da trilha e faça a conexão nos PCs dos dois lados.




Não conecte em PCs virados de costas (contrários ao sentido que a equipe está seguindo).


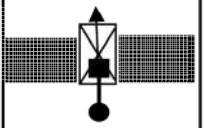



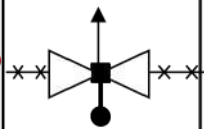










Em trechos sem metragem final, a equipe deve estimar essa distância.



















Quando for especificado deslocamento, retorne à referência indicada e se posicione para continuar a navegação como estava antes.










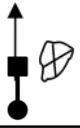
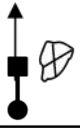






Veja as fotos e vídeos dessa trilha no instagram **@femitepofical SIGA** e participe de sorteios de bússolas.

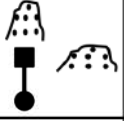
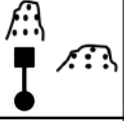



DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 01	VELOCIDADE MÉDIA 35 m/min
000		SIGA A 340°
005		PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
005		
068		SIGA A 340°
073		
014		SIGA A 330° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
087		
005		SIGA A NORTE°
092		
011		SIGA A 320°
103		
009		SIGA A 345° BURACO
112		
008		SIGA A 300° VALA DE CONCRETO
120		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 01












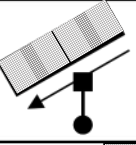
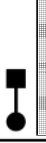

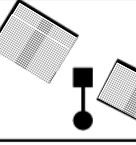
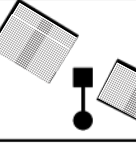
DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
014		SIGA A 335°
134		
027		SIGA A 345°
161		
017		SIGA A NORTE VALA DE CONCRETO
178		
008		SIGA A 340° ÁRVORES ALINHADAS
186		
012		FORMIGUEIRO: SIGA PELA TRILHA
198		
		POSTE COM CAIXINHA DE RELÓGIO E PORTÃOZINHO
026		SIGAA 90° PORTÃOZINHO DE MADEIRA
224		
009		SIGA A 345° PRANCHAS DE MADEIRA
233		
017		70° PELO CORREDOR DE MUDAS
250		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 02

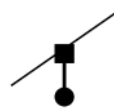
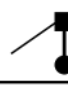
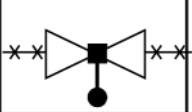



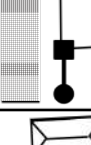



DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		PORTÃOZINHO E TELA
026		340° PELO CENTRO DO CAMINHO
276		
2025	TRECHO 02	VELOCIDADE MÉDIA 55 m/min
		PASSE PELA TRONQUEIRA E CONTINUE PELO CENTRO DO CAMINHO
		TOCO GRANDE E LARGO
166		SIGA A 20°
166		CUPINZEIRO
010		
176		PELA TRILHA
		CONTINUE PELA TRILHA
060		
236		PELA TRILHA
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 03


DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 03	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min
2025		CONTINUE PELA TRILHA
		
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
		CONTINUE PELA TRILHA
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
090		CONTINUE PELA TRILHA
090		
036		CONTINUE PELA TRILHA
126		
012		CONTINUE PELA TRILHA
138		
014		
152		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 04










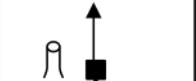



DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
		TOCO GRANDE CONTINUE PELA TRILHA
036		PELA TRILHA
188		PELA TRILHA
014		CUPINZEIRO E DUAS ÁRVORES
202		CUPINZEIRO E DUAS ÁRVORES
	TRECHO 04	VELOCIDADE MÉDIA 35 m/min
019		CONTINUE PELA TRILHA
019		CONTINUE PELA TRILHA
018		
037		
		ÁRVORE E TRONCO CAÍDO CONTINUE PELA TRILHA
016		SIGA A 170° CUPINZEIRO
053		SIGA A 170° CUPINZEIRO
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 05



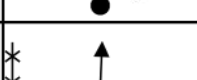



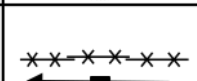

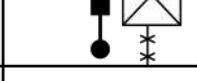



DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
ESTE E ALGUNS TRECHOS A SEGUIR SÃO DIFERENTES! SÃO PARTES TÉCNICAS, CHAMADAS DE: RALI DE BÚSSOLA A ATENÇÃO E O TRABALHO EM EQUIPE VÃO FAZER TODA A DIFERENÇA! O INTEGRANTE QUE ESTIVER LENDO A BÚSSOLA PRECISA MOSTRAR COM EXATIDÃO A DIREÇÃO DO ÂNGULO INDICADO.		
ATENÇÃO: O TERRENO É MUITO IRREGULAR, COM MUITOS BURACOS. MANTENHA FIRMEZA E CUIDADO EM CADA PASSO!		
018		SIGA A OESTE CUPINZEIRO
071		SIGA A OESTE CUPINZEIRO
011		SIGA A 320°
082		SIGA A 320°
		SIGA A 210°
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 06

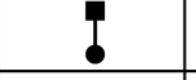


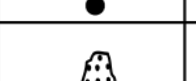







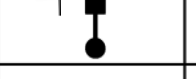

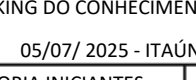

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
040		SIGA A 140°
122		SIGA A 140°
014		SIGA A 280°
136		SIGA A 280°
012		SIGA A 200°
148		SIGA A 200°
013		SIGA A 330° CUPINZEIRO, COQUEIRO E ÁRVORE
161		SIGA A 330° CUPINZEIRO, COQUEIRO E ÁRVORE
		295° COCHO. PELA TRILHA
		SIGA A 80° TELA ENTRADA DA ANTIGA GRANJA
		SIGA LATERAL A TELA
152		SIGA A 150°
313		SIGA A 150°
011		SIGA A 155° TELA SAÍDA DA GRANJA
324		SIGA A 155° TELA SAÍDA DA GRANJA
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 07



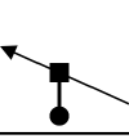



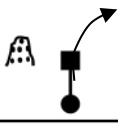


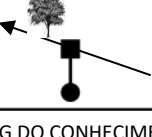
DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
015		SIGA A 235°
339		SIGA A 235°
015		SIGA A 250°
354		SIGA A 250°
	TRECHO 05	NEUTRAL T= 3 MINUTOS
APROVEITE O NEUTRO PARA CORRIGIR O TEMPO DA EQUIPE		
	TRECHO 06	VELOCIDADE MÉDIA 60 m/min
014		PELO CENTRO DO CAMINHO
014		PELO CENTRO DO CAMINHO
057		TELA DO HORTO
071		TELA DO HORTO
029		SIGA A 335° CONSTRUÇÃO
100		SIGA A 335° CONSTRUÇÃO
024		SIGA A 255°
124		SIGA A 255°
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES		PÁGINA 08



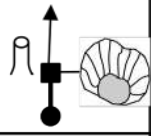
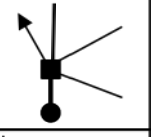
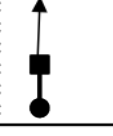

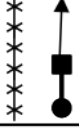
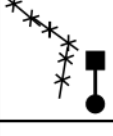




DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 TRECHO 07	NEUTRAL T= 15 MINUTOS	
<p>Aproveite este trecho neutro para recuperar o fôlego, hidratar-se, contemplar a paisagem e trocar impressões com sua equipe. Esses momentos de pausa também fazem parte da jornada. Valorize cada passo — e cada conversa.</p> <p>VOCÊ SABIA QUE</p> <p>o primeiro enduro a pé de regularidade do mundo foi realizado em Minas Gerais, em 1986? A prova, chamada Rally Bamba, reuniu mais de 1.500 participantes durante o final de semana, partindo da Praça do Papa em BH, passando por Macacos, e retornando no domingo. A modalidade surgiu para desafiar não a velocidade, mas a precisão do percurso e do tempo.</p> <p>Aproveite para realinhar a navegação, ajustar o ritmo e reforçar o espírito coletivo — afinal, no trekking de regularidade, a vitória está em caminhar junto, no tempo certo.</p>		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTE	PÁGINA 09	



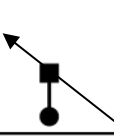




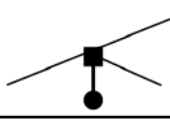

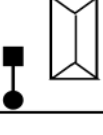

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 TRECHO 08	VELOCIDADE MÉDIA 50 m/min	
020		PELO CENTRO DO CAMINHO
020		
		CONTINUE PELO CAMINHO
		CONTINUE PELO CAMINHO
		CONTINUE PELO CAMINHO
165		PELA TRILHA
185		PELA TRILHA
		TOCO. CONTINUE PELA TRILHA
		CUPINS E EUCALIPTO CONTINUE PELA TRILHA
055		PEDRA E VALA
240		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTE	PÁGINA 10	


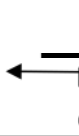
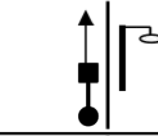

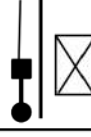
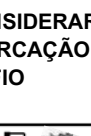



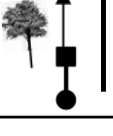
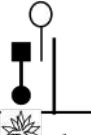
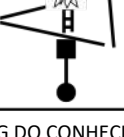
DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 TRECHO 09	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min	
083		
083		PASSAGEM NA CERCA DE ARAME FARPADO
		CHARCO
053		PELA TRILHA
136		PELA TRILHA
		SIGA LATERAL A CERCA
111		SIGA A 155° PORTEIRA
247		
 TRECHO 10	VELOCIDADE MÉDIA 50 m/min	
002		SIGA A 250°
002		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTE	PÁGINA 11	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
005		SIGA A 320°
007		
006		OESTE PELA TRILHA
013		
035		SIGA A 310° POÇOS D'ÁGUA
048		
004		SIGA A 250° CUPINZEIRO
052		
		SIGA A 210°
		SIGA A 220° ÁRVORE SECA
083		CUPINZEIROS
135		
012		SIGA A 265° ÁRVORE
147		
043		SIGA A 280° TOCO
190		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTE	PÁGINA 12	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		SIGA A 305° ÁRVORE
031 221		SIGA A 295° ÁRVORE
029 250		PELA TRILHA
		CUPINZEIRO CONTINUE PELA TRILHA
		ÁRVORE SECA CONTINUE PELA TRILHA
035 285		CONTINUE PELA TRILHA
022 307		
010 317		
007 324		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES	PÁGINA 13	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 11	VELOCIDADE MÉDIA 45 m/min
2025		
046		TOCO E BURACO
046		
010 056		
		CERCA DE ARAME FARPADO
030 086		 80° PELA TRILHA
007 093		CONTINUE PELA TRILHA
		
022 115		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES	PÁGINA 14	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		ÁRVORE CONTINUE PELA TRILHA
013 128		
026 154		
012 166		
015 181		SIGA A 150°
		SIGA A 45° TRAVE DE FUTEBOL
116 297		 145° PELA TRILHA
068 365		SIGA A 140° CONSTRUÇÃO RESIDÊNCIA
036 401		SIGA A 115° PORTEIRA
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES	PÁGINA 15	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 12	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min
2025		
007 007		POSTE. PELO CANTO DIREITO DA RUA
		CONTINUE PELO CANTO DIREITO DA RUA
		SIGA A 25° PORTEIRA
ATENÇÃO: CONSIDERAR O TRAÇO DEMARCAÇÃO DE MEIO FIO		
		 100° PELO PASSEIO
		
213 220		SIGA A 165° PLACA
		SIGA A 215° CANTEIRO
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
CATEGORIA INICIANTES	PÁGINA 16	

TEMPO IDEAL

TRECHO	TEMPO PARCIAL	TEMPO ACUMULADO
1	00:07:53	00:07:53
2	00:04:17	00:12:11
3	00:05:03	00:17:14
4	00:10:07	00:27:20
5	00:03:00	00:30:20
6	00:02:04	00:32:24
7	00:15:00	00:47:24
8	00:04:48	00:52:12
9	00:06:11	00:58:23
10	00:06:29	01:04:52
11	00:08:55	01:13:46
12	00:07:30	01:21:16

DISTÂNCIA PERCORRIDA:

2.704 METROS



PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO
Cidades V 2021.12.0210

Este projeto foi
realizado pela
FEMITEP Federação
Mineira de Trekking e
Enduro a Pé.



Acompanhe todos os
nossos projetos
e siga nossa
programação de
eventos e ações no
Instagram:

@femitepoficial

www.femitep.com.br



PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO Cidades V

PLANILHA DE NAVEGAÇÃO

MELHOR IDADE

Fundação Granja Esc. São José - Esc. Mun. Dona Dorica

ITAÚNA MG

05/07/25
Sábado

Realização:



Patrocínio:



Apoio:



GOVERNO DIFERENTE. ESTADO EFICIENTE.

LEGENDA		
PORTAL	ORIGEM	POSIÇÃO EXATA
CAMINHO	DIREÇÃO A SEGUIR	RAMIFICAÇÃO
BÚSSOLA	PERIGO	ÁRVORE
COQUEIRO	PINHEIRO	BAMBÚZAL
MOITA	TRONCO CAÍDO	ÁRVORE CAÍDA
CHARCO, BREJO	H2O ÁGUA	RIO, RIACHO
PONTE	PINGUELA	CONSTRUÇÃO
CERCA	PEDRA	PORTEIRA, PORTÃO
POSTE	CRUZEIRO	PLACAS
IGREJA	TELA	PASSA UM
MATA-BURRO	ESCADA	VALA
BARRANCO	CUPINZEIRO	TOCO
MURO	CLAREIRA	EROSIÃO

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos patrocinadores, à ArcelorMittal, à Fundação ArcelorMittal e à Belgo Arames, que celebra 50 anos, por apoiarem este projeto gratuito, realizado por meio da Lei de Incentivo ao Esporte, com apoio do Governo de Minas Gerais.

Nosso agradecimento à Prefeitura Municipal de Itaúna, em especial à Secretaria de Esportes e Lazer e ao secretário Pedro Augusto dos Santos Almeida, pelo apoio essencial à realização do projeto.







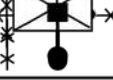


Agradecemos também à Secretaria de Educação, que contribuiu diretamente para o envolvimento das escolas, e estendemos nossos agradecimentos às demais secretarias e equipes da prefeitura que colaboraram para que essa iniciativa acontecesse.

Agradecemos ao Centro de Convivência do Idoso de Itaúna pela valiosa participação no projeto Trekking do Conhecimento, fortalecendo o vínculo entre gerações e promovendo a inclusão ativa da terceira idade.




Agradecemos à Fundação Granja Escola São José e à Escola Municipal Dona Dorica por abrirem as portas e compartilharem esse espaço tão bonito e acolhedor, que tornou possível a realização da trilha do projeto em Itaúna.







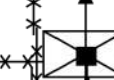
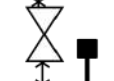
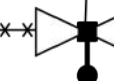

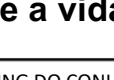



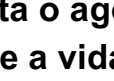
E um agradecimento especial a todos os trilheiros e participantes, que acreditam no esporte como ferramenta de lazer, saúde e qualidade de vida.



















DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
2025	TRECHO 01	NEUTRAL T= 30 MINUTOS
Seja bem-vindo(a) à trilha do Projeto TREKKING DO CONHECIMENTO!		
Antes de começarmos, vamos despertar o corpo com um bom alongamento e um aquecimento orientado pelos nossos monitores. Prepare-se para uma experiência leve, divertida e cheia de energia! Vamos juntos rumo à aventura!		
Alongamento e Aquecimento		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 01	

















DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 02	DESLOCAMENTO T= 12 MINUTOS
000		SIGA A 340°
000		H2O
005		PELO CENTRO DA RUA CALÇADA
005		CONTINUE PELA RUA
		CONTINUE PELA RUA
FIM DO DESLOCAMENTO		HORTO FLORESTAL
	TRECHO 03	NEUTRAL T= 10 MINUTOS
<p>Aproveite o NEUTRO para visitar o Jardim das Mudas e conhecer a diversidade de plantas cultivadas pela Fundação Granja Escola São José. Antes do final do tempo neutro, retorne ao ponto de referência do Trecho 2 para seguirmos na trilha.</p>		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 02	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES																																																																																																																																																																																																																																	
<p>Após a trilha, relaxe se divertindo com o caça-palavras!</p> <p>Encontre as palavras:</p> <p>Belgo Arames, ArcelorMittal, Trekking, Itaúna, Esporte, Lazer e Saúde.</p>																																																																																																																																																																																																																																			
<table border="1"> <tr><td>Z</td><td>Q</td><td>X</td><td>G</td><td>P</td><td>Q</td><td>J</td><td>J</td><td>V</td><td>T</td><td>F</td><td>K</td><td>M</td><td>A</td><td>Q</td></tr> <tr><td>P</td><td>T</td><td>L</td><td>I</td><td>C</td><td>M</td><td>W</td><td>S</td><td>X</td><td>I</td><td>C</td><td>Z</td><td>I</td><td>O</td><td>P</td></tr> <tr><td>A</td><td>R</td><td>C</td><td>E</td><td>L</td><td>O</td><td>R</td><td>M</td><td>I</td><td>T</td><td>T</td><td>A</td><td>L</td><td>E</td><td>U</td></tr> <tr><td>O</td><td>B</td><td>B</td><td>E</td><td>L</td><td>G</td><td>O</td><td>A</td><td>R</td><td>A</td><td>M</td><td>E</td><td>S</td><td>A</td><td>M</td></tr> <tr><td>C</td><td>V</td><td>B</td><td>X</td><td>I</td><td>C</td><td>S</td><td>R</td><td>M</td><td>T</td><td>N</td><td>J</td><td>U</td><td>K</td><td>W</td></tr> <tr><td>F</td><td>C</td><td>X</td><td>Q</td><td>Z</td><td>X</td><td>V</td><td>Q</td><td>R</td><td>S</td><td>J</td><td>F</td><td>G</td><td>T</td><td>Q</td></tr> <tr><td>J</td><td>U</td><td>V</td><td>R</td><td>I</td><td>E</td><td>O</td><td>M</td><td>F</td><td>A</td><td>H</td><td>C</td><td>R</td><td>A</td><td>Q</td></tr> <tr><td>G</td><td>N</td><td>E</td><td>V</td><td>N</td><td>S</td><td>T</td><td>V</td><td>F</td><td>Ú</td><td>P</td><td>O</td><td>A</td><td>N</td><td>Q</td></tr> <tr><td>S</td><td>M</td><td>O</td><td>N</td><td>I</td><td>P</td><td>R</td><td>V</td><td>L</td><td>D</td><td>Z</td><td>B</td><td>G</td><td>E</td><td>N</td></tr> <tr><td>H</td><td>H</td><td>C</td><td>Q</td><td>T</td><td>O</td><td>E</td><td>R</td><td>Y</td><td>E</td><td>U</td><td>X</td><td>C</td><td>X</td><td>T</td></tr> <tr><td>R</td><td>N</td><td>J</td><td>V</td><td>A</td><td>R</td><td>K</td><td>A</td><td>R</td><td>S</td><td>C</td><td>S</td><td>F</td><td>G</td><td>H</td></tr> <tr><td>G</td><td>V</td><td>K</td><td>B</td><td>Ú</td><td>T</td><td>K</td><td>U</td><td>G</td><td>B</td><td>F</td><td>F</td><td>G</td><td>Q</td><td>J</td></tr> <tr><td>F</td><td>Y</td><td>L</td><td>L</td><td>N</td><td>E</td><td>I</td><td>H</td><td>Y</td><td>Y</td><td>K</td><td>M</td><td>M</td><td>X</td><td>V</td></tr> <tr><td>Y</td><td>M</td><td>M</td><td>S</td><td>A</td><td>O</td><td>N</td><td>R</td><td>L</td><td>A</td><td>Z</td><td>E</td><td>R</td><td>X</td><td>I</td></tr> <tr><td>K</td><td>K</td><td>V</td><td>G</td><td>K</td><td>G</td><td>G</td><td>X</td><td>R</td><td>Q</td><td>S</td><td>D</td><td>R</td><td>G</td><td>O</td></tr> </table>			Z	Q	X	G	P	Q	J	J	V	T	F	K	M	A	Q	P	T	L	I	C	M	W	S	X	I	C	Z	I	O	P	A	R	C	E	L	O	R	M	I	T	T	A	L	E	U	O	B	B	E	L	G	O	A	R	A	M	E	S	A	M	C	V	B	X	I	C	S	R	M	T	N	J	U	K	W	F	C	X	Q	Z	X	V	Q	R	S	J	F	G	T	Q	J	U	V	R	I	E	O	M	F	A	H	C	R	A	Q	G	N	E	V	N	S	T	V	F	Ú	P	O	A	N	Q	S	M	O	N	I	P	R	V	L	D	Z	B	G	E	N	H	H	C	Q	T	O	E	R	Y	E	U	X	C	X	T	R	N	J	V	A	R	K	A	R	S	C	S	F	G	H	G	V	K	B	Ú	T	K	U	G	B	F	F	G	Q	J	F	Y	L	L	N	E	I	H	Y	Y	K	M	M	X	V	Y	M	M	S	A	O	N	R	L	A	Z	E	R	X	I	K	K	V	G	K	G	G	X	R	Q	S	D	R	G	O
Z	Q	X	G	P	Q	J	J	V	T	F	K	M	A	Q																																																																																																																																																																																																																					
P	T	L	I	C	M	W	S	X	I	C	Z	I	O	P																																																																																																																																																																																																																					
A	R	C	E	L	O	R	M	I	T	T	A	L	E	U																																																																																																																																																																																																																					
O	B	B	E	L	G	O	A	R	A	M	E	S	A	M																																																																																																																																																																																																																					
C	V	B	X	I	C	S	R	M	T	N	J	U	K	W																																																																																																																																																																																																																					
F	C	X	Q	Z	X	V	Q	R	S	J	F	G	T	Q																																																																																																																																																																																																																					
J	U	V	R	I	E	O	M	F	A	H	C	R	A	Q																																																																																																																																																																																																																					
G	N	E	V	N	S	T	V	F	Ú	P	O	A	N	Q																																																																																																																																																																																																																					
S	M	O	N	I	P	R	V	L	D	Z	B	G	E	N																																																																																																																																																																																																																					
H	H	C	Q	T	O	E	R	Y	E	U	X	C	X	T																																																																																																																																																																																																																					
R	N	J	V	A	R	K	A	R	S	C	S	F	G	H																																																																																																																																																																																																																					
G	V	K	B	Ú	T	K	U	G	B	F	F	G	Q	J																																																																																																																																																																																																																					
F	Y	L	L	N	E	I	H	Y	Y	K	M	M	X	V																																																																																																																																																																																																																					
Y	M	M	S	A	O	N	R	L	A	Z	E	R	X	I																																																																																																																																																																																																																					
K	K	V	G	K	G	G	X	R	Q	S	D	R	G	O																																																																																																																																																																																																																					
	TRECHO 04	DESLOCAMENTO T= 2 MINUTOS																																																																																																																																																																																																																																	
		HORTO FLORESTAL																																																																																																																																																																																																																																	
<p>Siga em direção à sede do horto. As florestas estarão localizadas à sua direita.</p>																																																																																																																																																																																																																																			
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V																																																																																																																																																																																																																																			
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG																																																																																																																																																																																																																																			
MELHOR IDADE	PÁGINA 03																																																																																																																																																																																																																																		

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
	TRECHO 05	NEUTRAL T= 15 MINUTOS
<p>Durante o Neutral, aproveite para descansar, se hidratar e recarregar as energias com as frutas oferecidas.</p>		
<p> Quiz – Mantenha o Bom Humor!</p> <p>Manter o bom humor é importante por quê?</p>		
<p>a) Ajuda a combater o estresse e melhora a saúde emocional</p> <p>b) Melhora a convivência com outras pessoas</p> <p>c) Deixa o dia mais leve e agradável</p> <p>d) Todas as alternativas acima estão corretas</p>		
<p> Dica: Para cultivar o bom humor, pratique a gratidão, evite reclamar, conviva com pessoas positivas, respire fundo e procure rir mais!</p>		
Resposta: D		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 04	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 06	VELOCIDADE MÉDIA 50 m/min
020		PELO CENTRO DO CAMINHO
020		
		
		
111		SIGA PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
131		
072		120°
203		
		PELO CANTO ESQUERDO
111		SIGAA 190° PALMEIRAS
314		
<p>Curta o agora — é nele que a vida acontece.</p>		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V		
05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 05	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
 2025	TRECHO 07	VELOCIDADE MÉDIA 40 m/min
029		SIGA A 25° PALMEIRA
036		SIGA A 150° MURETA
065		
012		SIGA A 160° TOCO GRANDE
077		
		SIGA A 350° BAMBUZAL
		
		SIGA A 100° PALMEIRA
		
088		SIGA A 200° BARRANCO
165		
039		SIGAA 315° BAMBUZAIS
204		
043		SIGA A 360° TOQUINHO DE MADEIRA
247		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 06	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
		SIGA A 265° PALMEIRA
		
		SIGA A 40° PALMEIRA
		
		PELO CANTO DIREITO DO CAMINHO
		
		
		
174		
421		
003		PELO CANTO ESQUERDO DA RUA
424		
070		SIGA A 150°
494		
003		CHEGADA!
497		
Parabéns! Vocês concluíram o desafio com garra e espírito de equipe. Agora é hora de celebrar essa conquista com quem caminhou ao seu lado.		
MELHOR IDADE	PÁGINA 07	

DISTÂNCIA	REFERÊNCIA	OBSERVAÇÕES
PROJETO TREKKING DO CONHECIMENTO Cidades V 2021.12.0210		
Este projeto foi realizado pela FEMITEP Federação Mineira de Trekking e Enduro a Pé. Acompanhe todos os nossos projetos e siga nossa programação de eventos e ações no Instagram: @femitepoficial		
		
www.femitep.com.br		
TREKKING DO CONHECIMENTO - CIDADES V 05/07/ 2025 - ITAÚNA - MG		
MELHOR IDADE	PÁGINA 08	