



## **3ª Caminhada Ecológica do TRE/MG** *Uma atitude em nome da saúde!*

### **Regulamento:**

#### **O evento:**

A ASTREMG em parceria com a CAS e a SEDOP promoverá a 3ª Caminhada Ecológica que este ano será em Ouro Preto na Cachoeira das Andorinhas no dia 04 de julho.

As caminhadas ecológicas são uma excelente forma de praticar atividade física de maneira prazerosa, em meio à natureza, e uma oportunidade de fazer amigos.

Todos os servidores são convidados, desde os praticantes de atividades físicas aos sedentários que estão buscando um estímulo para iniciar uma prática.

#### **Local:**

Ouro Preto é conhecida pela sua história, pela riqueza de seus monumentos e beleza de suas construções. Mas não para por aí. A cidade, que é Patrimônio Cultural da Humanidade, tem muita coisa alternativa a oferecer. Umas delas são os passeios ecológicos, de tirar o fôlego dos turistas e dar orgulho aos que são da terra, com belas paisagens pertencentes à Mata Atlântica e ao Cerrado, variedade de quedas-d'água e trilhas.

O evento consiste em uma caminhada pelas trilhas em meio às ruas de Ouro Preto em direção à Cachoeira das Andorinhas, será uma caminhada de

aproximadamente 4Km (trilha só de ida). A saída esta prevista para o dia 04/07/2015 às 7:00 e o retorno à Belo Horizonte será por volta das 17h.



## **Descrição da caminhada:**

A caminhada será realizada em trilhas demarcadas e contará com o apoio de monitores especializados contratados da empresa Caminhada Mineira.

A duração será de aproximadamente 4 horas, em terreno típico de trilhas, contendo terra, pedregulhos e vegetação ao redor. O percurso contém algumas subidas e descidas. De modo geral, é considerado de nível fácil e acessível.

## **Característica da trilha:**

Desnível de 122m feitos em 4,5km de caminhada, porém tem 4 subidas: 1ª subida: 69m de desnível; 2ª subida: 52m de desnível; 3ª subida: 20m de desnível; 4ª subida: 50m de desnível.

As descidas exigem um pouco dos joelhos, mas nada muito puxado.

O visual é um bom atrativo porque caminharão pela "crista da serra".

Nessa trilha terão um visual panorâmico de Ouro Preto e região. Conseguirão enxergar o Pico do Itacolomi, cartão postal da região.

O final da trilha é numa estradinha de terra. Desse ponto o pessoal pega a van e deslocam até a Cachoeira das Andorinhas.

A cachoeira não tem um poço grande, mas dá para o pessoal se refrescar.

## **Número de vagas e condições de inscrição:**

Serão oferecidas 40(quarenta) vagas.

A restrição do número de vagas se deve ao limite técnico de caminhantes na trilha, para garantir a segurança dos participantes e evitar o impacto ambiental excessivo no terreno.

A inscrição será feita pela intranet do TRE/MG, em *link* disponibilizado no portal de serviços para esse fim no período de **08 a 12 de junho**.

**A inscrição terá um custo de R\$ 110,00 (cento e dez reais) por servidor, que deverão ser pagos à Astremg no período de 22 a 26/06/15.**

**A ASTREMG subsidiará 50% do custo para seus associados com mais um kit surpresa.**

Ultrapassando o limite de pessoas inscritas poderá haver outra caminhada em nova data.

## **Kit de participação:**

**A inscrição no evento fará jus a:**

- transporte de ida e volta em vans fretadas.

- camisa oficial do evento
- Squeeze dobrável oferecido pela Unimed
- participação na caminhada ecológica guiada por monitores
- toalhinha
- almoço com sobremesa oferecido no local após a caminhada.

**O kit de participação deverá ser retirado na Astremg a partir do dia 29 de junho até 03 de junho.**

### **Horário do evento:**

A caminhada está prevista para se iniciar às 9 horas.

Serão disponibilizadas vans para transporte dos inscritos que sairá, pontualmente, das dependências do TRE/MG – Av. Prudente de Moraes, nº 320 - às 07:30 da manhã.

A previsão de retorno é às 17 horas, horário que prevê a caminhada, o almoço e tempo livre para desfrutar das opções de lazer.

Caso haja concordância e interesse de todos, o horário de retorno poderá ser antecipado no local.

### **Observações:**

Caso esteja chovendo, o evento será mantido, a não ser que atinja níveis que inviabilizem a realização da caminhada com segurança.