



5ª Etapa 2026

Mosteiro de Itaiaci -
Indaiatuba/SP

14/06/2026

www.cptrekking.com.br

Apoio:



TIROL
viva
ZERO



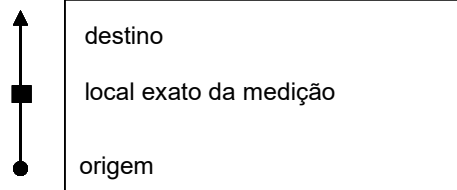
- Montagem e direção de prova: Giba
- Check-in: Gilze
- GPS: Tania
- Diretor Trilha: Pepo
- Resgates: Bete / Almir / Bianca / Kauã / Claudio
- Apuração: Manu
- Neutro: Tamires / Elias

DICAS DA PROVA

Nos trechos de PC Virtual, as metragens são sempre acumuladas do início do trecho. Poderá existir mais que um PC virtual no mesmo trecho, poderão existir medidas intermediárias (parciais) antes do PC Virtual.

PC VIRTUAL - Ao encontrar o Posto de controle Virtual, a equipe deve informar a distância do início do trecho determinado na planilha até aquele ponto.

ORIENTAÇÃO: Quando solicitado orientação por bússola (siga sempre na direção), a equipe deverá considerar os graus informados com direção a seguir, independente de haver trilha ou não, a equipe deverá andar na metragem solicitada sempre na direção e seguir instruções na próxima referência.



.... referência sem medida (está incluída no acumulado)

Dica de prova:
Quando não conseguir encontrar o percurso corretamente, retorne a última referência que a equipe tenha certeza que estava correta, recomece a partir deste ponto.

Não coloque seus receptores GPS Quantum dentro da mochila para evitar perda de sinal. Verifique se eles estão ligados e sincronizados antes da largada. Sempre que a disposição, teste seu cartão RFID no Check-in.

02

Legenda

	Campo, Quadra		Bambuzal
	Casa, Galpão		Árvore Seca
	Quiosque		Eucalipto, Pinheiro
	Portaria, Guarita		Tronco ou Arvore Caida
	Pedra		Cactus
	Lagoa, Charco		Caminho a seguir
	Cachoeira		Placa
	Rio, Corrego		Rodovia
	Ponte		Torre de Alta Tensão
	Porteira, Colchete		Ramificação
	Arame Farpado ou Liso		30° Bússola
	Poste		Cerca Viva ou telada
	Escada		Tronco sobre a trilha
	Toco, Tronco		Linha de Trem
	Arvore, Arbusto		Moitas, Mata
	Bananeira		Coqueiro
	Cupim, Formigueiro		Palmeira
	Bolinha é o local de onde você vem		Muro
	Quadrado é o local exato da medição		Atenção local perigoso
	Trilha obstruída por buraco, mata etc		Erosão ou descampado

03

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
-----------	------------	-------------

Circuito Paulista de Trekking 2026

Escala de dificuldade da prova de 1 a 5

Dificuldade Física: 2,5

Dificuldade Técnica: 3,0

Nos coletores de dados que estão dispostos no percurso a equipe deve registrar a passagem.


Basta posicionar o cartão e esperar o bip que confirma a tomada de tempo (Luz verde).


Pode haver PC de erro, caso haja algum PC "" bate-volta"", registre o tempo somente na ida.


Não jogue lixo na trilha, sujeito a penalização.

Boa Prova!!!

	TRECHO 01	Velocidade 56 m/min
--	--------------	---------------------------


000		330°
000	1	


026		350°
026	2	

014		Contornando o lago
040	3	


Circuito Paulista de Trekking


Distância	Referência	Observações
-----------	------------	-------------

119		230°
159	4	


033		Pela esquerda do caminho
192	5	

124	130°	
316	6	

013		MFCD
329	7	

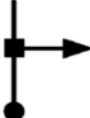
013		
342	8	


	TRECHO 02	Velocidade 60 m/min
--	--------------	---------------------------


052		Pela direita da rua
052	9	

Circuito Paulista de Trekking


Distância	Referência	Observações
-----------	------------	-------------

054		Pela direita da rua
106	10	

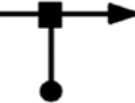
074		
180	11	

016		Pela trilha
196	12	

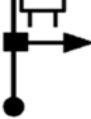
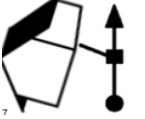



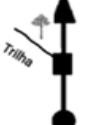
142		100°
338	13	

007		Pela direita da rua
345	14	




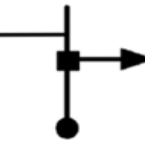
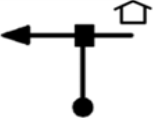

	TRECHO 03	Velocidade 64 m/min
--	--------------	---------------------------

....		Pela direita da rua
....	15	





Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....		Pela esquerda da rua
16		
....		
17		
....	Pelo caminho com pedras	
18		
....		Mantenha o portão aberto
19		
....		
20		
....		
21		
....		
22		





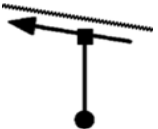

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....		
23		
....		
24		
....		Virtual 01
25		
....		Atenção
26		
....		
27		
1432 1432		
28		
	TRECHO 04	Velocidade 62 m/min





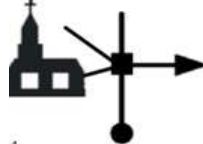
Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
267 267		
29		
	TRECHO 05	Neutro 3 minutos
	TRECHO 06	Velocidade 62 m/min
200 200		Mourão sinalizado 340°
31		
	TRECHO 07	Velocidade 50 m/min
030 030		350°
32		
028 058		250°
33		

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
026 084	Abacate 	30°
080 164		140°
019 183		200° Pelo corredor
034 217	 Banana	180°
065 282		
	TRECHO 08	Velocidade 58 m/min
115 115		


Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
126 241		70°
043 284		Pela rua
040 324		
	TRECHO 09	Velocidade 63 m/min
024 024		
125 149		
	TRECHO 10	Velocidade 60 m/min








Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
015 015		100° Pelo caminho
022 037		60° Pelo caminho
008 045		340° Pelo caminho
038 083		360° Pelo caminho
039 122		300°
019 141		Pelo caminho de terra
073 214		Pela rua






Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
015 229	 52	100° Pelo caminho
015 244	 53	150° Pelo caminho
010 254	 54	100° Pelo caminho
026 280	 55	120° Pelo caminho
100 380	 56	230° Pelo caminho
038 418	 57	160° Pelo caminho
052 470	 58	140° Pelo caminho


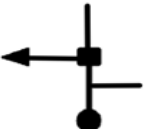


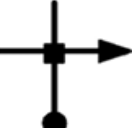

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
203 673	 59	
119 792	 60	
026 818	 61	360° Pelo caminho
	TRECHO 11	Velocidade 76 m/min
124 124	 62	340° Pelo caminho
065 189	 63	20° Pelo caminho
033 222	 64	10° Pelo caminho

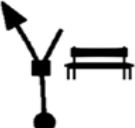


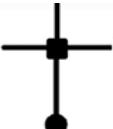

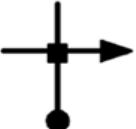
Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
028 250	 65	300°
	TRECHO 01	Neutro ??:??:??
	TRECHO 02	Velocidade 55 m/min
Relargada	01:30:00	
039 039	 2	10°
051 090	 3	SUL
033 123	 4	230°
021 144	 5	250°

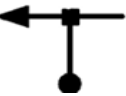





Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
030 174	6 	Pelo calçamento
021 195	7 	Pelo calçamento
088 283	8 	
079 362	9 	
	TRECHO 03	Velocidade 66 m/min
049 049	10 	Atenção Entrada do bosque
017 066	11 	

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
023 089	12 	
	TRECHO 04	Velocidade 70 m/min
008 008	13 	
037 045	14 	
....	15 	305°
068 113	16 	125°
008 121	17 	

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
011 132	18 	
....	19 	
136 268	20 	
	TRECHO 05	Velocidade 67 m/min
048 048	21 	210°
006 054	22 	
078 132	23 	

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....	24	
.... ???	25	Virtual 02 Árvore sinalizada
395 527	26	
	TRECHO 06	Velocidade 59 m/min
083 083	27	
038 121	28	310°
....	29	250°

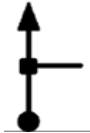
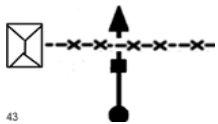
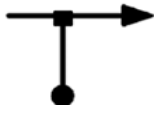


Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
098 219	30	Pelo calçamento
023 242	31	Fim do calçamento
	TRECHO 07	Velocidade 69 m/min
126 126	32	
....	33	
....	34	Acompanhe a mata
179 305	35	Atenção Bananeiras


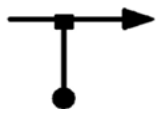




Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....	36	Acompanhe a mata
116 421	37	Atenção SUL
	TRECHO 08	Velocidade 60 m/min
032 032	38	120°
....	39	
.... ???	40	Virtual 03 Árvore sinalizada
506 538	41	








Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
	TRECHO 09	Velocidade 79 m/min
.... 		
215 215		
	TRECHO 10	Velocidade 62 m/min
035 035		
053 088		
044 132		







Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
005 137		Atenção
036 173		
061 234		Atenção 280°
024 258		
	TRECHO 11	Velocidade 52 m/min
022 022		
022 044		







Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
013 057		Pela principal
050 107		
032 139		
013 152		
014 166		
049 215		
017 232		








Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
037 269		Pela principal
009 278		
056 334		
021 355		
016 371		
	TRECHO 12	Velocidade 58 m/min
085 085		Pela principal




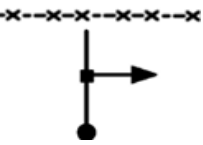
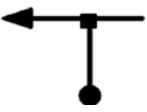
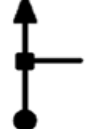
Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
100 185		Atenção
056 241		165°
035 276		Trilha
	TRECHO 13	Velocidade 55 m/min
076 076		Pela principal
015 091		
006 097		


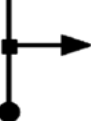

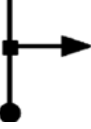

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
014 111		
015 126		
015 141		
018 159		
008 167		
033 200		
015 215		






Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
092 307	79 	Atenção 60°
020 327	80 	Sob a cerca
002 329	81 	
	TRECHO 14	Velocidade 69 m/min
....	82 	
....	83 	
....	84 	









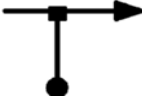
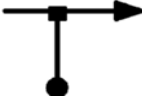




Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....	85 	
.... ???	86 	Virtual 04
851 851	87 	
	TRECHO 15	Velocidade 50 m/min
039 039	88 	Atenção
122 161	89 	250°
	TRECHO 16	Velocidade 60 m/min

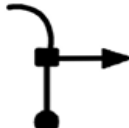
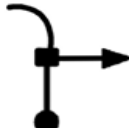
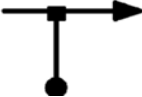
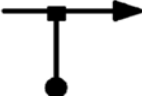








Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
119 119	90 	10°
021 140	91 	120°
020 160	92 	110°
091 251	93 	120°
044 295	94 	
	TRECHO 17	Neutro 2 minutos
	TRECHO 18	Velocidade 65 m/min

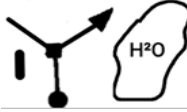
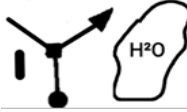



Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
032		
032	96 	
048		Pela principal
080	97 	
092		Atenção
172	98 	
031		
203	99 	
....		
....	100 	
056		
259	101 	
002		Pela calçada
261	102 	

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
009		
270	103 	
....		
....	104 	
055		160°
325	105 	
056		Pela esquerda da rua
381	106 	
	TRECHO 19	Velocidade 70 m/min
....		
....	107 	
....		Pelo centro da rua
....	108 	

Circuito Paulista de Trekking

Distância	Referência	Observações
....		Virtual 05
???	109 	
....		Siga até o portal
....	110 	
....		
....	111 