

12 a 19 de julho de 2027

Travessia dos Lençóis Maranhenses

Quatro dias a pé entre dunas e lagoas, noites em redários nas comunidades e uma descida de caiaque pelo Rio Alegre.

Quero reservar pelo WhatsApp

8 dias	~45 km	~15 km	Grupo
e 7 noites	de caminhada	de caiaque	reduzido

A EXPERIÊNCIA

Atravessar os Lençóis a pé

Existe o jeito de ver os Lençóis em um passeio de algumas horas. E existe o jeito de atravessá-los. Durante quatro dias, caminhamos cerca de 45 km entre dunas e lagoas, saindo antes do sol nascer e chegando às comunidades que vivem no meio desse território.

À noite, dormimos em redários, comemos o que é preparado por quem nos recebe e vemos o céu longe da luz das cidades. No último trecho, trocamos a caminhada pelo caiaque e descemos cerca de 15 km do Rio Alegre até Santo Amaro.

Escolhemos julho porque é quando as lagoas estão cheias. O resto é ritmo de caminhada, convivência e uma logística pensada do primeiro ao último dia.

Ricardo Cardoso

Turismólogo e Guia de Turismo Internacional



Grupo Alma nos Lençóis Maranhenses



VISÃO GERAL

A travessia em números

Período
12 a 19 de julho de 2027

Duração
8 dias e 7 noites

Encontro
Aeroporto de São Luís (SLZ), 12h do dia 12/07

Nível

Difícil, travessia de longo curso

Hospedagens

1 noite em Barreirinhas, 4 em redários e 2 em São Luís

Grupo

Grupo reduzido, com vagas limitadas

Dia 2

Atins → Baixa Grande

~10 km

a pé

Dia 3

Baixa Grande → Buriti Grosso

~14 km

a pé

Dia 4

Buriti Grosso → Rancharia

~7 km

a pé

Dia 5

Rancharia → Betânia

~14 km

a pé

Dia 6

Betânia → Santo Amaro

~15 km

de caiaque

ANTES DE RESERVAR

O que você precisa saber

Uma travessia difícil, de longo curso

São cerca de 45 km de caminhada em quatro dias, sobre areia fofa, dunas e terrenos naturais, com sol forte. É preciso estar preparado para atividade física por vários dias seguidos.

Saídas antes do amanhecer

Em alguns dias, sairemos antes do amanhecer para caminhar no fresco da manhã e ver o sol nascer nas dunas. A lanterna de cabeça é indispensável.

Noites em redários

Durante a travessia, dormimos em redes nas comunidades. Há banheiro, chuveiro de água fria, energia para carregar o celular e sinal de celular. A estrutura é simples, e faz parte da experiência.

Mochila leve, mala no carro

Sua mala segue direto para Santo Amaro, e você a reencontra no final da travessia. Durante a travessia, você carrega apenas uma mochila leve de trekking.

Caiaque individual

A descida de cerca de 15 km pelo Rio Alegre é feita em caiaque individual, com todos os equipamentos de segurança.

Comida das comunidades

As refeições da travessia são preparadas nas comunidades. Restrições e intolerâncias alimentares são atendidas com aviso prévio.





ROTEIRO

Dia a dia

01

12/07 · São Luís → Barreirinhas

Chegada ao Maranhão

A expedição começa no aeroporto de São Luís. De lá, seguimos juntos para Barreirinhas, porta de entrada dos Lençóis, onde passamos a primeira noite antes de começar a travessia.

- **12h** Encontro no aeroporto
- **12h30** Transfer para Barreirinhas
- Parada para almoço na estrada NÃO INCLUSO
- **17h** Check-in na pousada em Barreirinhas
- **19h30** Jantar de início da expedição NÃO INCLUSO
- Descanso para o início da travessia no dia seguinte

Hospedagem: pousada em Barreirinhas. Programe seu voo para chegar com folga antes do horário de encontro.

02

13/07 · Barreirinhas → Atins → Baixa Grande

O rio, o mar e os primeiros passos na areia

É aqui que a travessia começa. Descemos o Rio Preguiças até a costa, almoçamos na praia de Atins e, à tarde, caminhamos os primeiros 10 km entre dunas até o oásis de Baixa Grande.

- Café da manhã na pousada INCLUSO
- **08h30** Embarque e transfer em direção a Atins
- Lancha voadeira pelo Rio Preguiças, entre manguezais, a APA dos Pequenos Lençóis e Vassouras
- Farol de Mandacaru, com vista panorâmica do rio e do mar
- Almoço na praia de Atins INCLUSO
- Veículo 4x4 até o início da trilha
- Caminhada de cerca de 10 km até Baixa Grande
- Banho de lagoa e pôr do sol nas dunas
- Jantar e pernoite na comunidade INCLUSO





Caminhada: ~10 km · **Hospedagem:** redário na comunidade de Baixa Grande

03

14/07 · Baixa Grande → Buriti Grosso

O sol nascendo sobre as dunas

O dia começa cedo para caminhar no fresco da manhã e ver o sol nascer entre dunas e lagoas. São cerca de 14 km com paradas para banho, e a chegada a Buriti Grosso é por volta das 10h, com a tarde livre.

- Café da manhã INCLUSO
- Início da caminhada ao amanhecer
- Nascer do sol nas dunas
- Paradas para banho e descanso nas lagoas
- **~10h** Chegada à comunidade de Buriti Grosso
- Almoço e descanso INCLUSO
- Tarde livre para banho de lagoa
- Pôr do sol nas dunas
- Jantar e pernoite INCLUSO

Caminhada: ~14 km · **Hospedagem:** redário na comunidade de Buriti Grosso





04

15/07 · Buriti Grosso → Rancharia

O dia mais curto, com tempo para as lagoas

Uma caminhada de cerca de 7 km, com tempo de sobra para aproveitar a água. No caminho, a Lagoa do Bicudo Gordo e uma travessia de rio de barco até a casa de apoio.

- Café da manhã INCLUSO
- Caminhada de cerca de 7 km até Rancharia
- Visita e banho na Lagoa do Bicudo Gordo
- Travessia de rio em barco motorizado até a casa de apoio
- Almoço e descanso INCLUSO
- Fim de tarde nas lagoas para o pôr do sol
- Jantar e pernoite INCLUSO

Caminhada: ~7 km · **Hospedagem:** redário na comunidade de Rancharia





05

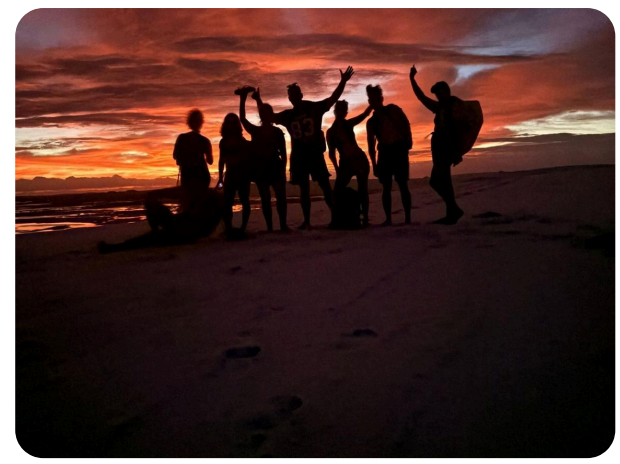
16/07 · Rancharia → Betânia

O último trecho a pé

Saímos de novo antes do amanhecer para os 14 km finais de caminhada. Perto das 11h chegamos às margens do Rio Alegre, em Betânia, e a tarde é de descanso.

- Café da manhã INCLUSO
- Início da trilha ao amanhecer
- Caminhada de cerca de 14 km entre dunas e lagoas
- **~11h** Chegada às margens do Rio Alegre
- Almoço, banho e descanso INCLUSO
- Pôr do sol em Betânia
- Jantar e pernoite INCLUSO

Caminhada: ~14 km · **Hospedagem:** redário na comunidade de Betânia





06

17/07 · Betânia → Santo Amaro → São Luís

Rio Alegre abaixo, de caiaque

A travessia termina na água. Descemos cerca de 15 km do Rio Alegre em caiaques individuais, com todos os equipamentos de segurança, entre dunas, vegetação nativa e aves. De Santo Amaro, seguimos para São Luís.

- Café da manhã reforçado INCLUSO
- Descida de caiaque de cerca de 15 km pelo Rio Alegre
- Paradas para banho e descanso
- **10h30** Chegada prevista a Santo Amaro
- Reencontro com a mala grande, banho e troca de roupa
- Almoço em restaurante em Santo Amaro NÃO INCLUSO
- Transfer de retorno a São Luís (cerca de 4h30)
- **18h** Check-in no hotel em São Luís
- Jantar e noite livre NÃO INCLUSO

Caiaque: ~15 km · **Hospedagem:** hotel em São Luís – MA



07

18/07 · São Luís

História, cultura e despedida

- Café da manhã no hotel INCLUSO
- **08h** Tour histórico e cultural INCLUSO
- Tarde livre
- **19h30** Jantar de despedida em restaurante em São Luís INCLUSO

O jantar de despedida é oferecido pela Alma, exceto bebidas. **Hospedagem:** hotel em São Luís – MA



08

19/07 · São Luís → Aeroporto

Fim da viagem

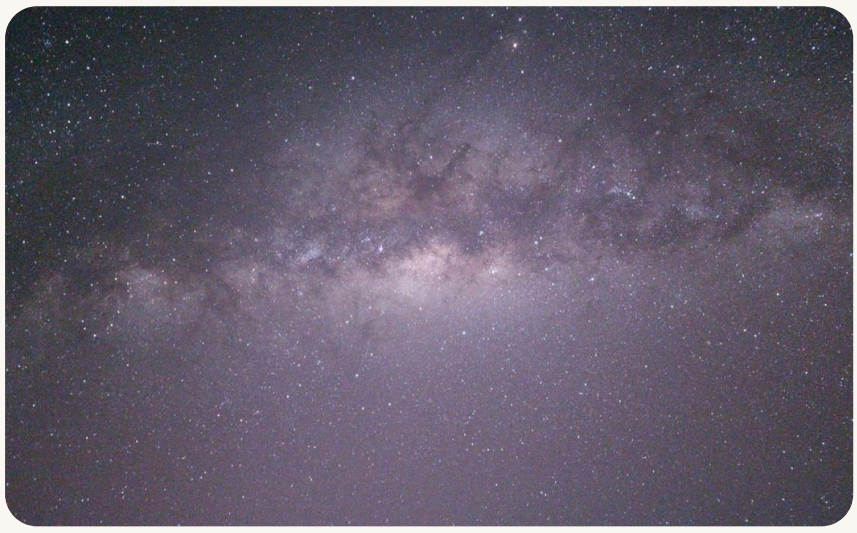
- Café da manhã no hotel **INCLUSO**
- **9h** Saída do transfer para o aeroporto **INCLUSO**

Recomendamos reservar o voo de retorno para o dia 19/07, preferencialmente no período da tarde. Consulte a Alma antes de emitir suas passagens.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Do aeroporto ao aeroporto







Transporte e logística

- ✓ Transfers terrestres e náuticos previstos no roteiro
- ✓ Deslocamentos em barcos e veículos 4x4
- ✓ Transfer de retorno a São Luís
- ✓ Transfer para o aeroporto no último dia
- ✓ Taxas ambientais

Hospedagens

- ✓ 1 noite em pousada em Barreirinhas
- ✓ 4 noites em redários nas comunidades
- ✓ 2 noites em hotel em São Luís – MA

Alimentação

- ✓ Café da manhã, almoço e jantar durante a travessia
- ✓ Cafés da manhã na pousada e no hotel
- ✓ Jantar de despedida, exceto bebidas

Segurança e cuidado em cada detalhe

- ✓ **Seguro viagem:** cobertura para imprevistos e emergências, conforme as condições da apólice.
- ✓ **Rastreamento e comunicação via satélite:** tecnologia de apoio à segurança e ao acionamento de emergência em áreas remotas.
- ✓ **Guias especializados e credenciados no Cadastur:** profissionais experientes, com conhecimento técnico e preparo para condução em ambientes naturais.
- ✓ **Capacitação WFA (Wilderness First Aid):** formação em primeiros socorros em áreas remotas, com foco na prevenção e no atendimento inicial de emergências.
- ✓ **Comunicação por rádio:** integração constante entre os guias para coordenar a operação e acompanhar o grupo.
- ✓ **Equipamentos de primeiros socorros:** kit coletivo disponível durante as atividades.
- ✓ **Segurança nas atividades aquáticas:** caiaques individuais e equipamentos de proteção adequados à travessia.
- ✓ **Gestão preventiva de riscos:** planejamento, avaliação das condições ambientais e protocolos de contingência durante toda a expedição.

Experiências e benefícios

- ✓ **Imersão na natureza:** dias de conexão profunda com as paisagens, os sons e a imensidão dos Lençóis Maranhenses.
- ✓ **Vivências autênticas:** encontros com comunidades locais, troca de histórias e contato com a cultura e os modos de vida da região.
- ✓ **Conexões que ficam:** experiências compartilhadas em um grupo pequeno, criando amizades e memórias que vão além da viagem.
- ✓ **Cultura e história:** passeio pelo centro histórico de São Luís, descobrindo a riqueza cultural maranhense.
- ✓ **Registros especiais:** fotos e vídeos profissionais para eternizar os melhores momentos da expedição.
- ✓ **Surpresas da Alma:** presentes e pequenos detalhes preparados com carinho para tornar a experiência ainda mais especial.
- ✓ **Tempo para se reconectar:** uma oportunidade de desacelerar, sair da rotina e descobrir novos caminhos, inclusive dentro de si.

Guiamento

- ✓ Guias locais credenciados, com amplo conhecimento da região, experiência em ambientes naturais e condução de grupos.
- ✓ Equipe preparada para atuar em ambientes naturais e remotos, com treinamento em prevenção de riscos, protocolos de segurança, primeiros socorros e gerenciamento de situações de emergência.
- ✓ Planejamento e gestão de segurança, com avaliação de riscos, protocolos de contingência e atenção às condições do ambiente e às necessidades dos viajantes.
- ✓ Guia acompanhante da Alma, credenciado no Cadastur, com formação técnica, experiência em expedições e capacitação em primeiros socorros em áreas remotas (WFA – Wilderness First Aid).
- ✓ Comunicação por rádio entre os guias, proporcionando maior organização, integração da equipe e segurança durante as atividades.
- ✓ Assessoria completa da Alma antes e durante a viagem, com orientações, acompanhamento próximo e suporte personalizado em todas as etapas da experiência.



O que não está incluso

Refeições não inclusas no roteiro

- Passagens aéreas
- Transporte até o ponto de encontro da viagem
- Bebidas e consumos extras
- Refeições que não estejam mencionadas como inclusas no roteiro
- Despesas pessoais
- Passeios e atividades opcionais não previstos no roteiro
- Despesas adicionais em caso de desistência ou abandono do trekking
- Qualquer outro serviço que não esteja expressamente indicado como incluso

- 12/07: almoço na parada na estrada
- 12/07: jantar de início da expedição, em Barreirinhas
- 17/07: almoço em restaurante em Santo Amaro
- 17/07: jantar em São Luís

Todos os custos referentes aos itens ao lado são de responsabilidade de cada viajante.

QUEM CONDUZ

Ricardo Cardoso

Turismólogo e Guia de Turismo Internacional · Fundador da Alma



Ricardo Cardoso guia grupos profissionalmente desde 2013. Antes disso, já conduzia grupos no escotismo. Desde então, são mais de 40 mil viajantes acompanhados, 34 países visitados e 6 países onde morou, além de um ano como nômade pela América do Sul e uma temporada vivendo e trabalhando a bordo de um navio.

Hoje conduz roteiros pela Patagônia, Peru, Jalapão e Lençóis Maranhenses e fala português, espanhol e inglês. Ricardo é cadastrado no Cadastur como guia de turismo, e a Alma, como agência.

Na travessia, o grupo é acompanhado por Ricardo e por guias locais credenciados, que conhecem cada trecho do caminho e as comunidades onde o grupo para.





Guias locais credenciados acompanham o grupo durante a travessia.



INVESTIMENTO

Sua vaga na travessia

PIX

R$ 7.571

por pessoa, à vista

Cerca de 3,9% de desconto em relação ao valor no cartão.

CARTÃO DE CRÉDITO

R$ 7.880

por pessoa, em até 12x com juros

O valor de cada parcela depende da simulação na operadora de pagamento.

Grupo reduzido

vagas limitadas

Se a saída não for confirmada e a Alma cancelar a expedição, 100% dos valores pagos à Alma serão devolvidos, sem multas ou taxas, pelo meio de pagamento original, respeitando os prazos da instituição financeira ou da operadora do cartão. Recomendamos comprar as passagens aéreas somente após a confirmação da saída.

O reembolso integral refere-se aos valores pagos à Alma pela contratação do pacote. Despesas feitas diretamente com terceiros, como passagens aéreas compradas separadamente, não estão cobertas por essa devolução.

Desistência e cancelamento

Desistência pelo viajante

O pedido de cancelamento deve ser feito por escrito, pelo e-mail contato@alma.tur.br ou pelo WhatsApp da Alma. Vale a data em que a Alma recebe o pedido. Depois do prazo de arrependimento, a devolução depende da antecedência:

- 31 dias ou mais antes do início da viagem: devolução de 90% do valor pago.
- De 21 a 30 dias antes: devolução de 80% do valor pago.
- 20 dias ou menos antes: não há devolução, porque os serviços da viagem já estão reservados e pagos aos fornecedores.

Não comparecer no dia e horário de início da viagem (no-show) conta como desistência com 20 dias ou menos de antecedência.

Direito de arrependimento

Nas compras feitas pelo site, WhatsApp, telefone ou qualquer outro canal fora de um estabelecimento físico, você pode desistir em até 7 dias da contratação, com devolução integral do valor pago, conforme o Código de Defesa do Consumidor (art. 49).

Formação do grupo

A Alma confirma se a saída vai acontecer até 45 dias antes do início. Se o grupo não fechar e a Alma cancelar a saída, você recebe 100% dos valores pagos à Alma ou, se preferir, fica com crédito integral para outra viagem da Alma.

Saída durante a viagem

Se você deixar a viagem depois que ela começar, por qualquer motivo, os serviços não usados não são reembolsados, salvo valores que a Alma conseguir recuperar com os fornecedores.

Importante: condições conforme os Termos e Condições – Viagens em Grupo da Alma, versão de 17/11/2026.

PREPARAÇÃO

O que levar

Mochila

- [ ] Mochila de 40 litros com barrigueira e capa
- [ ] Sacos estanques ou sacos zip para separar as roupas
- [ ] 1 saco plástico para roupa molhada
- [ ] 3 sacos para o seu lixo pessoal

Hidratação e equipamentos

- [ ] Garrafa de água de 2 litros (garrafas de água potável fechadas são vendidas nos oásis)
- [ ] Lanches rápidos: castanhas, barras de proteína
- [ ] Lanterna de cabeça (muito importante)
- [ ] Carregador portátil de celular (power bank)

Saúde e higiene

- [ ] Kit de medicamentos pessoais
- [ ] Kit de higiene pessoal
- [ ] Lenço umedecido e papel higiênico
- [ ] Protetor solar (muito importante)
- [ ] Hidratante corporal e protetor labial com FPS
- [ ] Repelente
- [ ] Shampoo e condicionador, de preferência naturais

Para caminhar

- [ ] 2 camisetas leves de secagem rápida
- [ ] 2 shorts de academia que evitem atrito
- [ ] 1 camiseta UV de manga longa com capuz
- [ ] 1 sapatilha para andar na areia (opcional)
- [ ] Chapéu com elástico ou boné
- [ ] 2 biquínis ou roupas de banho
- [ ] Roupas íntimas

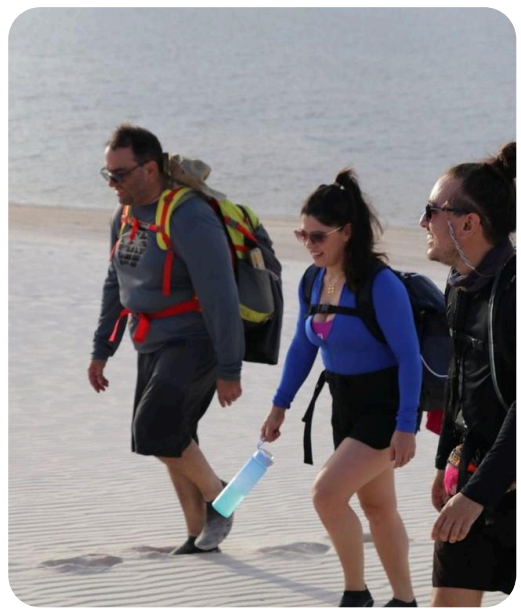
Descanso e noite nos oásis

- [ ] Roupa leve para dormir: calça, camiseta e meia
- [ ] Uma troca de roupa para ficar no oásis depois do almoço
- [ ] Chinelo
- [ ] Casaco leve corta-vento
- [ ] Meia leve, para o conforto à noite

Lagoas e banho

- [ ] Toalha para banho nos oásis
- [ ] Toalha ou canga para as lagoas
- [ ] Elástico de cabelo extra
- [ ] Canga extra para deitar nas dunas



Medicamentos: leve os de uso contínuo e também para dor, febre, alergias e outros que possam ser necessários. **Boné incluso:** você recebe um boné exclusivo da travessia, da Afora.

Os Lençóis se atravessam passo a passo. O primeiro é falar com a gente.

Tire suas dúvidas, confira as condições e garanta sua vaga direto comigo pelo WhatsApp.

Quero reservar pelo WhatsApp

Alma – Consultoria em Turismo · Ricardo Cardoso – Turismólogo e Guia de Turismo Internacional

@vaidealma Clube de Viajantes Turma de junho