



# mapa trilhas

## TERESÓPOLIS

Conheça as vistas das principais montanhas de Teresópolis e ache sua localização no mapa, identifique o nível de dificuldade e orientação do tipo de trilha a ser percorrido.



<http://www.ceteresopolitano.org>



[turismo@teresopolis.rj.gov.br](mailto:turismo@teresopolis.rj.gov.br)



**FIQUE ATENTO!**  
É altamente recomendável o acompanhamento de um profissional ao fazer uma trilha. A falta de orientação pode ocasionar sérios riscos.

**VOCÊ DEVE ESTAR ACOMPANHADO POR UM CONDUTOR AO FAZER UMA TRILHA. SAIBA O PORQUÊ.**

- Conhece o território, a história e as suas histórias.
- Conhece os melhores lugares a visitar e como chegar lá.
- Avalia a sua capacidade física e escolhe o melhor percurso em função disso.
- Conhece e avalia a meteorologia de montanha e os riscos associados.
- Em caso de emergência tem conhecimento e meios para agir.
- Têm contatos diretos e meios de emergência e socorro.



Visite a sede do CET - Centro Excursionista Teresopolitano  
Av. Lúcio Meira, 555/ Lj 23 - Várzea - Teresópolis - RJ  
Reuniões às quartas-feiras a partir das 20h30.  
Contato - Leandro Nobre (21) 2643 - 1177  
<http://www.ceteresopolitano.org>

Fotos de  
Maicon Rocha, Marcelo Medeiros,  
Fabiano Basílio, Felipe Eufrásio