Turismo em São Paulo

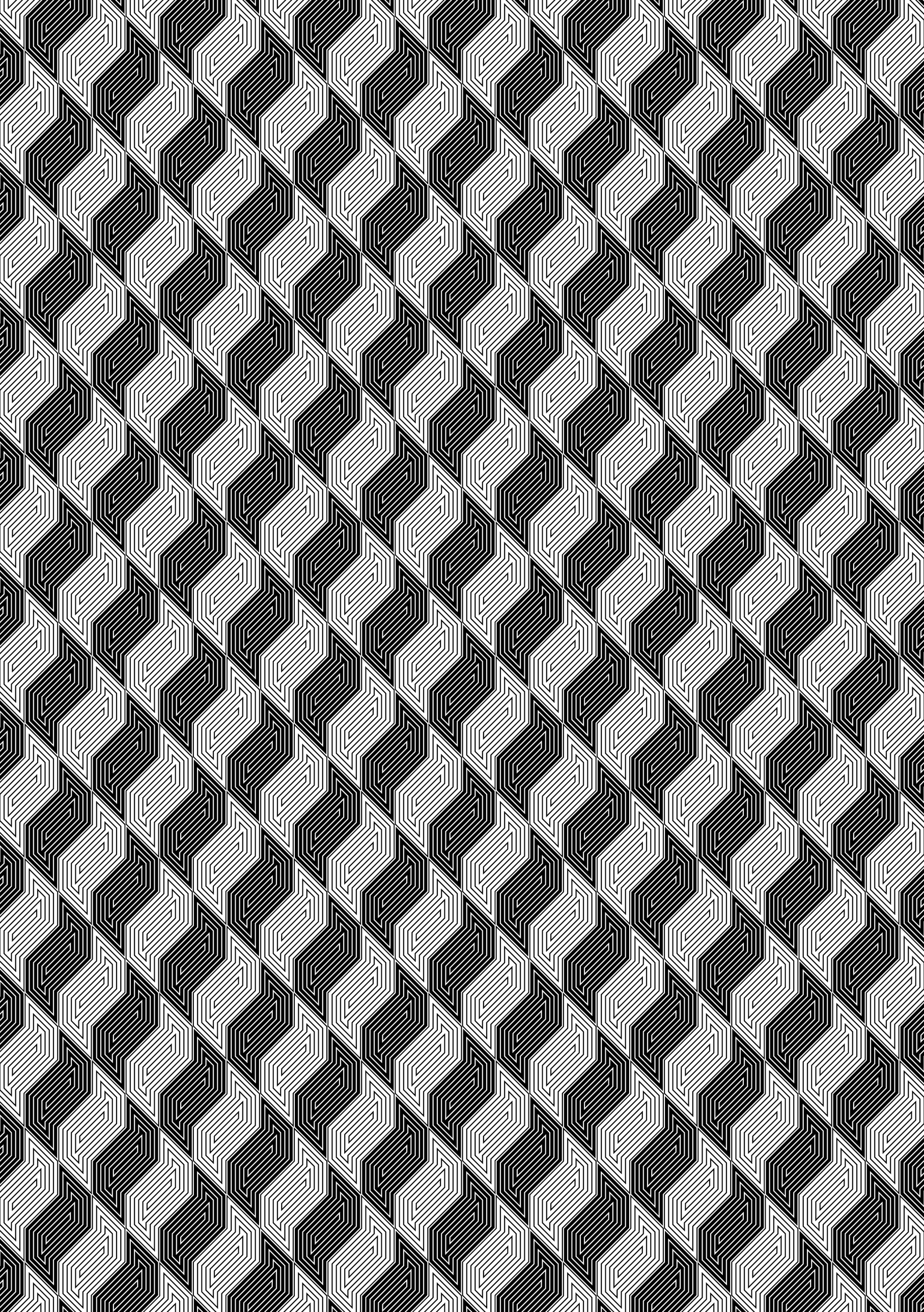
Tourism in São Paulo
Turismo en São Paulo

SÃO PAULO.
ONE STATE,
MANY DESTINATIONS.

SÃO PAULO.
UN ESTADO,
MUCHOS DESTINOS.

www.turismoemsaopaulo.com

www.tourisminsaopaulo.com | www.turismoensaopaulo.com



SÃO PAULO.

UM ESTADO, MUITOS DESTINOS.

SÃO PAULO.
ONE STATE,
MANY DESTINATIONS.

SÃO PAULO.
UN ESTADO,
MUCHOS DESTINOS.

BRASIL

Sensacional!

TUR.SP
COMPANHIA PAULISTA DE EVENTOS E TURISMO

GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO
Secretaria de Turismo

EMBRATUR

Editorial | *Editorial | Editorial*

Coordenação | Coordination | Coordinación
Orlando de Souza
Juliana Ramos
Tania Monteiro

Realização
Execution | Realización
Companhia Paulista de Eventos
e Turismo – CPETUR
Colaboração Secretaria de Turismo do Estado de São Paulo
Collaborators from São Paulo State Tourism Secretariat | Colaboración Secretaria de Turismo del Estado de São Paulo
Ana Cristina Clemente
Anderson Patrick de Almeida
Eder Santos
Maristela Bignardi
Maurício Juvenal
Vanilson Fickert

Colaboração TUR SP
Collaborators from TUR SP | Colaboración TUR SP
Flávia Caruso e Priscila Amorim

Elaboração de textos e pesquisa

Text drafting and research | Elaboración de textos e investigación
Elleven Comunicação

Pesquisa | *Research | Investigación:* Mariana Selingardi
Conteúdo | Content | Contenido: Marília Heymer Pretola
Revisão | Review | Revision: Aline Porfírio , Christiane Silva Pinto, Leonardo Costa e Maristela Bignardi

Projeto gráfico e edição de arte | *Graphic Design and art edition | Proyecto gráfico y edición de arte*

Criação e Direção de Arte | *Art Creation and Direction | Creación y dirección de arte:*
Fernando Zarpelon
Criação da Capa | *Cover Creation | Creación de tapa:*
José Medeiros
Diagramação | *Diagramation | Diagramación:*
Fernando Zarpelon
Ilustração e Grafismos | *Illustration and Graphics | Ilustraciones y grafismos:*
Fernando Zarpelon
Ilustração Mapa | *Map Illustration | Ilustración de mapa:*
Ana Carolina Pelosi

Tradução | *Translation | Traducción*
Inglês/Espanhol | English / Spanish | Ingles/Español:
Celera Translations

Impressão | *Printing | Impresión*
SP-GRAF Gráfica e Editora Ltda.

Índice
Contents
Indice

Introdução
Introduction
Introdución 5

Linha do tempo de São Paulo
São Paulo's Timeline
Línea de tiempo de São Paulo 6

Dez motivos para escolher São Paulo
Ten reasons to choose São Paulo
Diez motivos para elegir São Paulo 10

Mapa Turístico Estado de São Paulo
Tourist Map of São Paulo State
Mapa Turística de São Paulo 12

Aventura & Ecoturismo
Adventure & Ecotourism
Aventura & Ecoturismo 14

Sol & Praia
Sun & Beach
Sol & Playa 38

Rural
Rural
Rural 50

Religioso
Religious
Religioso 68

Histórico & Cultural
Historical & Cultural
Histórico & Cultural 82

Trilhas e Caminhos
Trails & Paths
Senderos & Caminos 98

Comidas & Sabores
Food & Flavours
Comidas & Sabores 112

Estâncias Paulistas - Mapa das Estâncias
Resorts in São Paulo - Map of Resorts
Destinos Paulistas - Mapa de los Destinos 124

Estâncias Balneárias
Seaside Resorts
Destinos Balnearios 126

Estâncias Climáticas
Climatic Resorts
Destinos Climáticos 128

Estâncias Hidrominerais
Hydromineral Resorts
Destinos Hidrominerales 130

Estâncias Turísticas
Tourism Resorts
Destinos Turísticos 132

Créditos das Imagens
Image credits
Créditos de las imágenes 134

645 Municípios Paulistas
645 São Paulo municipalities
645 Municipios Paulistas 135

Introdução

Luxo e simplicidade, modernidade e história, aventura e conforto, esporte e contemplação.

Rodovias modernas, estâncias turísticas, aeroportos regionais, oferta hoteleira, cenários de praias exuberantes, cavernas, rios acidentados, cachoeiras, sítios históricos, dentre outros roteiros e produtos turísticos, tudo isso e muito mais, disponível em um único destino: o Estado de São Paulo.

Além de sua importância social e econômica é também o Estado que mais recebe turistas no País.

Venha ser acolhido por esse povo que sempre está aberto a bem receber todos os que aqui chegam.

Seja muito bem-vindo!★

Introduction

Luxury and simplicity, modernity and history, adventure and comfort, sports and contemplation.

Modern roads, tourist resorts, regional airports, exuberant beach scenarios, caverns, rough rivers, among other tourist itineraries and products, available in one single destination: the São Paulo State.

In addition to its social and economic importance, São Paulo is the State with the greatest inflow of tourists in Brazil.

Come and be welcomed by this people who always have their arms open to embrace every person getting here.

Welcome!★

Introdución

Lujo y simplicidad, modernidad e historia, aventura y confort, deporte y contemplación.

Modernas rutas, estancias turísticas, aeropuertos regionales, oferta hotelera, escenarios de playas exuberantes, cavernas, ríos con accidentes geográficos, cascadas, sitios históricos, entre otros itinerarios y productos turísticos, todo eso y mucho mas en un mismo destino: el Estado de São Paulo.

Ademas de su importancia social y económica, es el estado que mas turistas recibe en el país.

Venga y sera cálidamente recibido por este pueblo que esta siempre abierto a todos los que llegan.

¡Bienvenido!★

Linha do Tempo de São Paulo

São Paulo's Timeline

Linea del tiempo de São Paulo

1502

Enviado pela coroa portuguesa numa expedição de mapeamento das terras do Novo Mundo, o navegador italiano Américo Vespúcio chega, em 20 de janeiro, à ilha de São Sebastião, atual Ilhabela. A expedição ruma para a vizinha São Vicente, também habitada por indígenas, muitos deles do tronco linguístico tupi-guarani.

The Portuguese Crown sends the Italian explorer Américo Vespúcio to a expedition aiming at mapping the lands of the New Land. Américo Vespúcio arrives in São Sebastião island, which is currently known as Ilhabela, on January 20. The expedition sails to neighboring São Vicente, which is also inhabited by natives, many of them spoke Tupi-Guarani

Enviado por la corona portuguesa en una expedición cartográfica a las tierras del Nuevo Mundo, el navegante italiano Américo Vespucio llega el 20 de enero a la isla de São Sebastião, actual Ilhabela. Luego la expedición pone rumbo hacia la vecina São Vicente, también habitada porindígenas, muchos de ellos del tronco lingüístico tupi-guaraní..

1534

O Brasil é dividido em Capitanias Hereditárias. Martim Afonso de Sousa, donatário da Capitania de São Vicente, embarca na primeira expedição colonizadora das novas terras e funda a vila de São Vicente, a primeira do Brasil.

Brazil is divided into Hereditary Captaincies. Martim Afonso de Sousa, owner of São Vicente Captaincy, embarks on the first expedition to colonize the new lands and founds the first village in Brazil, São Vicente.

Brasil se divide en Capitanías Hereditarias. Martim Afonso de Sousa, donatario de la Capitanía de São Vicente, embarca en la primera expedición colonizadora de las nuevas tierras y funda la Villa de São Vicente, la primera de Brasil.

1554

Os jesuítas Manoel da Nóbrega e José de Anchieta sobem a Serra do Mar e atingem o planalto, "uma terra mui sadia, fresca e de boas águas", protegida do ataque de índios hostis. O novo povoado se intitula São Paulo de Piratininga e em 1560 ganha foros de vila.

Jesuits Manoel da Nóbrega and José de Anchieta went up throughout Serra do Mar reaching the plateau, "a very healthy, fresh land with good waters", protected from the atacks of hostile natives. The new settlement is named São Paulo de Piratininga and in 1560, it becomes a village.

Los jesuitas Manoel da Nábrega y José de Anchieta suben a Serra do Mar y alcanzan una planicie, "una tierra muy saludable, fresca y de buenas aguas", protegida del ataque de los indígenas hostiles. El nuevo poblado se denomina São Paulo de Piratininga y en 1560 adquiere el carácter de Villa.

1600

A vila de São Vicente é apelidada de "celeiro da País" graças à prosperidade das lavouras de cana-de-açúcar. Por outro lado, era alvo constante de ataques de índios e saques de piratas.

The village of São Vicente is acknowledged as "Granary of the Country", thanks to the prosperity of sugar cane cultivation. On the other side, it was a target to the constant attacks of natives and plunder of pirates.

La villa de São Vicente es conocida como el "granero del País" gracias a la prosperidad de la labranza de la caña de azúcar. Por otro lado, era objeto constante de ataques de indígenas y saqueos de piratas.

01 *Praia de Guaecá, em São Sebastião*
02 *Marco Padrão, em São Vicente*
03 *Biquinha de Anchieta, em São Vicente*
04 *Terra Brasil - Casarão Museu, em Jarinu*
05 *Complexo Pedra do Baú, em São Bento do Sapucaí*
06 *Forte São João, em Bertioga*
07 *Complexo Pateo do Collegio em São Paulo*

1700

São Vicente vira cidade, a primeira do Brasil. São Paulo de Piratininga, por sua vez, se transforma em ponto de partida das bandeiras. Os paulistas chegam ao "Sertão do Cuieté", atual Estado de Minas Gerais e controlam a exploração de ouro local.

São Vicente becomes a city, the first Brazilian city. São Paulo de Piratininga, in turn, becomes the starting point of "bandeiras". The Paulistas [people native of São Paulo] arrive at Sertão do Cuieté, currently the State of Minas Gerais, and control the local gold mining site.

São Vicente se convierte en ciudad, la primera de Brasil. São Paulo de Piratininga, a su vez, se transforma en el punto de partida de las bandeiras. Los paulistas llegan a "Sertão de Cuieté", actual estado de Minas Gerais y controlan la exploración de oro local.

1709

Terminada Guerra dos Emboabas, os paulistas perdem a exclusividade da exploração do ouro em Minas Gerais.

Emboaba's War ends, and the Paulistas lost their exclusivity to explore the gold in Minas Gerais.

Terminada la Guerra das Emboabas, los paulistas pierden la exclusividad de la exploracion de oro en Minas Gerais.

08 *Sede Fundação Nacional do Tropeirismo, em Silveiras*
09 *Araucaria, Pico dos Marins, em Piquete*
10 *Igreja de São João Batista, em Queluz*
11 *Museu do Engenho, em Cesário Lange*
12 *Chácara do Rosário, em Itu*
13 *Vale do Anhangabau, em São Paulo*
14 *Ilhabela*

1711

São Paulo de Piratininga ganha status de cidade.

São Paulo de Piratininga becomes a city.

São Paulo de Piratininga gana status de ciudad.

1717

Descoberta da imagem de Nossa Senhora Aparecida no Rio Paraíba do Sul.

The image of Nossa Senhora de Aparecida is found at Paraíba do Sul River..

Descubrimiento de la imagen de Nossa Sennhora Aparecida en el Río Paraíba do Sul.

1765

A cana-de-açúcar ainda movimenta a economia paulista. No interior surgem vilas importantes, grandes produtoras, como Campinas, Piracicaba e Itú. No litoral norte, São Sebastião, Ilhabela e Ubatuba vivem tempos de fartura e desenvolvimento.

Sugar cane still moviments São Paulo State's economy. In the countryside, many important producing villages emerge, such as Campinas, Piracicaba, and Itú. In the north coast, São Sebastião, Ilhabela, and Ubatuba lived times of abundance and development.

Todavia la caña de azucar es el motor económico paulista. En el interior surgen villas importantes, grandes productoras como Campinas, Piracaiba e Itú. En el litoral norte, São Sebastian. Ilhabela y Ubatuba viven tiempos de grandeza y desenvolvimiento.

Linha do Tempo de São Paulo

São Paulo's Timeline

Linea del tiempo de São Paulo

1817

São Paulo começa a produzir, no Vale do Paraíba, as primeiras mudas de café. Fazendeiros de cidades como Guaratinguetá, Pindamonhangaba, Lorena e Bananal fazem fortuna.

São Paulo begins to produce the first coffee seedings in Vale do Paraíba. Farmers from cities like Guaratinguetá, Pindamonhangaba, Lorena, and Bananal start to make fortune.

São Paulo comienza a producir, en el Valle de Ribeira, las primeras plantas de café. Agricultores ciudades como Guaratinguetá Pindamonhangaba, Lorena plátano plantación y hacer fortuna..

1822

Em terras paulistas, D. Pedro I declara a Independência do Brasil.

D. Pedro I declares Brazil's independence in São Paulo..

En tierras paulistas, D. Pedro I declara la independencia de Brasil.

1860

A cultura do café migra para o Oeste Paulista e substitui a cana-de açúcar. Construída a primeira ferrovia paulista, a São Paulo Railway. Desenvolvimento das ferrovias em geral por todo o Estado.

The culture of coffee moves to the West of São Paulo State and substitutes the sugar cane. São Paulo Railway, the first railway of the State, was built. Development of railways in general throughout the State.La cultura del café migra hacia el oeste paulista y sustituye a la caña de azúcar. Se contruye la primera línea ferroviaria paulista , São Paulo Railway. Comienzan a desarrollarse las líneas férreas en general por todo el Estado.

1900

São Paulo é pioneiro na industrialização do País e a oligarquia cafeeira exerce influência na política nacional. A capital adquire ares de metrópole e em 1922 sedia a Semana de Arte Moderna.

São Paulo is the pioneer in the Country's industrialization and the coffee oligarchy exerts influence in the national politics. The capital begins to look like a metropolis, and in 1922, it hosts the Modern Art Week.

São Paulo es pionero en la industrialización del país y la oligarquía cafetera ejerce influencia en la política nacional. La capital adquiere aire de metrópoli y en 1922 es sede de la semana de Arte Moderno.

15 Bolsa do Café, em Santos
16 Estação Eugênio Lefréve, em Pindamonhangaba
17 Igreja Matriz do Bom Jesus da Cana Verde, em Ribeirão Preto
18 Estrada de Ferro, em Campos do Jordão
19 Acervo Circuito Mantiqueira
20 Estação da Luz, em São Paulo

1930

Com a queda na Bolsa de Valores de Nova York, se encerram os tempos áureos do café. A Revolução de 30, comandada por Getúlio Vargas, desbanca a aristocracia cafeeira paulista. Em 32, as oligarquias paulistas reagem e promovem a Revolução Constitucionalista, mas são derrotados, apesar da força da economia local.

With the Stock Market Crash in New York, the golden era of coffee becomes to an end. In the 1930's Revolution, headed by Getúlio Vargas, dethroning the coffee aristocracy of São Paulo State. In 1932, the São Paulo State's oligarchy reacts and incites the Constitutional Revolution, in which they are defeated, despite the strenght of the local economy.

Con la baja de la bolsa de valores de Nueva York, decaen los tiempos gloriosos del café. La revolución del 30, comandada por Getúlio Vargas desbanca a la aristocracia cafetera paulista. En el 32, las oligarquías paulistas promueven la Revolución Constitucionalista, pero son derrotados a pesar de la fuerza de la economía local.

1950

A indústria automobilística chega a São Paulo e o Estado se transforma no maior parque industrial do País.

The automotive industry arrives in São Paulo and the States becomes the largest industrial park in the country.

La industria automovilística llega a São Paulo y el Estado se transforma en el mayor parque industrial del país.

1970

O setor de serviços ganha maior destaque na economia paulistana e as indústrias migram para a Grande São Paulo. Redescobertas pelo turismo, as cidades litorâneas se transformam em estâncias balneárias.

The service sector gets more importance in São Paulo's economy and industries start to migrate to Greater São Paulo. Rediscovered by tourism, the beach cities become seaside resorts.

El sector de servicios gana mayor destaque en la economia paulista y las industrias migran para Grande São Paulo. Redescubiertas por el turismo, las ciudades litoraleñas se convierten en estancias balnearias..

21 Edifício Itália

22 Ponte Pênsil, em São Vicente

23 Museu Carlos Gomes, em Campinas

24 MASP, em São Paulo

25 Museu do Futebol, em São Paulo

26 Parque Municipal Roberto Burle Marx, em São José dos Campos

Século XXI

Formado por 645 municípios, São Paulo é hoje o Estado mais populoso do Brasil e sua economia representa 12% do PIB brasileiro. A capital, São Paulo é uma das cidades mais populosas do mundo e o maior centro econômico da América Latina.

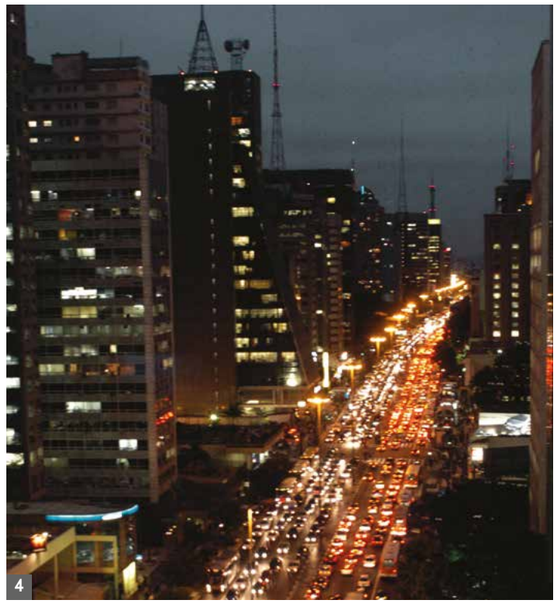
Comprised by 645 municipalities, São Paulo is today the most populated State in Brazil, and its economy represents 12% of Brazilian GDP. São Paulo city, the capital, is the third most populated city in the world and the largest economical center in Latin America.

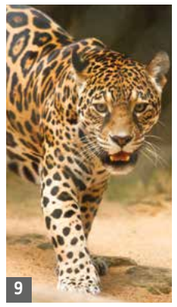
Formado por 645 municipios, São Paulo es hoy el Estado mas popular de Brasil y su economía representa el 12% de PBI brasileño. Su capital, São Paulo,es una de las ciudades mas pobladas del mundo y el mayor centro económico de América Latina.

10 motivos para escolher São Paulo

10 reasons to choose São Paulo

10 razones para elijir São Paulo





01 *Canyoning, em Brotas*
02 *Prato do Angatú, em Piratininga*
03 *Museu Ferroviário, em Santo André*
04 *Avenida Paulista, em São Paulo*
05 *São Sebastião*
06 *Navio em Ilhabela*
07 *Móveis rústicos, em Embu das Artes*
08 *Parada do orgulho LGBT, em São Paulo*
09 *Acervo da Secretaria de Turismo do Estado de São Paulo*

1 Mais de 600 km de praias, de baías tranquilas a ótimas opções para a prática de surfe, muitas delas a menos de duas horas da capital. Isso sem falar nas praias de água doce no interior do Estado.
More than 600 km of beaches, from calm bays to great options for practicing surf, many of them located less than two-hours away from the capital city. Not to mention the river beaches in the countryside.
Mas de 600 km de playas, de bahias tranquilas y optimas opciones para la práctica de surf, muchas de ellas a menos de 2 horas de la capital, ademas de las playas de agua dulce en el interior del Estado.

2 Mais de 100 unidades de conservação, que fazem deste um Estado referência em esportes de aventura e ecoturismo.
More than 100 units of conservation units, which makes this State a reference in adventure sports and ecotourism.
Más de 100 unidades de conservación, que hacen de este, un Estado referente en deportes de aventura y ecoturismo.

3 Com quase 500 anos de idade, São Paulo é um dos destinos mais interessantes do Brasil para o turismo histórico, seja na capital, interior ou litoral. Algumas cidades são também ícones do turismo religioso.
With more than 500 years old, São Paulo is one of the most interesting destinations in Brazil for historical tourism, in the capital, in the countryside, or coast. Some cities are also icons in religious tourism.
Con casi 500 años de edad, São Paulo es uno de los destinos mas interesantes de Brasil para el turismo histórico, ya sea en la capital, el interior o el litoral. Algunas ciudades son también íconos del turismo religiosos.

4 Qualidade da rede hoteleira, que oferece mais de diferentes tipos de hospedagem, das mais sofisticadas às mais econômicas, como os albergues.
Quality of hotel chains, which offers more than [sic] different types of accomodations, from the most sophisticated ones to the most economical ones, such as hostels.
La calidad de la red hotelera ofrece diferentes tipos de hospedaje: de lo más sofisticado a lo mas económico, como los albergues.

5 O Estado é um grande polo gastronômico. A capital, por si só, é um dos maiores centros de gastronomia do mundo e contabiliza inúmeros restaurantes de diversas nacionalidades, etnias e regionalidades.
The State is a large gastronomic center. The capital city itself is one of the largest gastronomy centers in the world and it comprises numerous restaurants of several nationalities, ethnicities, and regions.
El Estado es un gran polo gastronómico. La capital , por si sola, es uno de los mayores centros de gastronomía del mundo, y contabiliza innumerables restaurantes de diversas nacionalidades, etnias y regiones.

6 O Estado de São Paulo conta com 36 aeroportos. O Porto de Santos, o maior da América Latina, recebe cerca de 18 navios de turismo por temporada.
São Paulo State has 36 airports. The Port of Santos, the largest in Latin America, receives about 18 cruise ships per season.
El Estado de São Paulo cuenta con 36 aeropuertos. El puerto de Santos, el más grande de América Latina, recibe cerca de 18 cruceros turísticos por temporada.

7 A cidade de São Paulo é o maior polo de compras, entretenimento e artes do País. Bons museus e galerias de arte, exposições, eventos de moda, shoppings, vida noturna e centros de recreação.
São Paulo city is the largest center for shopping, entertainment, and arts in the country. Good museums and art galleries, exhibitions, fashion events, shopping centers, night life, and leisure centers.
La cuidad de São Paulo es el mayor polo de compras, entretenimiento y arte del país. Posee buenos museos y galerías de arte, exposiciones, eventos de moda, shoppings, vida nocturna y centros de recreación.

8 O Estado abriga o maior centro médico da América do Sul e as maiores universidades e centros de pesquisa do País.
The State has the largest medical center in South America and the biggest universities and research sites in the country.
El Estado cuenta con el mayor centro médico de América del Sur y las mayores universidades y centros de investigación del país.

9 O Estado conta com a maior malha rodoviária do País. São 198 mil km de estradas que compõem as 19 melhores rodovias do País.
The State has the largest road network in the country. There are 198 thousand km of roads that make up the 19 best highways in the country.
El Estado cuenta con la mayor red de rutas del país. Son 198.000 km de calles que componen las 19 mejores rutas del país.

10 A hospitalidade dos moradores, o respeito à diversidade cultural e a capacitação dos profissionais de turismo fazem de São Paulo um dos Estados brasileiros mais bem preparados para receber seus visitantes.
The hospitality of the residents, the respect to cultural diversity, and capacitation of tourism professionals make São Paulo one of the most prepared States in Brazil to welcome new visitors.
La hospitalidad de los moradores, el respeto por la diversidad cultural y la capacitación de los profesionales de turismo, hacen de São Paulo, uno de los Estados brasileños mejor preparados para recibir visitantes.

Segmentos Turísticos em São Paulo

Tourism segments in São Paulo

Segmentos Turísticos en São Paulo

Aventura & Ecoturismo
Adventure & Ecotourism
Aventura & Ecoturismo

- Paraglyding **Atibaia**
- Cavernas **Iporanga Eldorado**
- Paraquedas **Boituva**
- Mergulho **Santos Guarujá**
- Canyon **Itararé**
- Rafting **Brotas**
- Surfe **São Sebastião Ubatuba**
- Parques de diversão **Vinhedo Itupeva**
- Vela **Ilhabela**
- Turisno acessível **Socorro**
- Fontes Naturais Circuito das Águas **Águas da Prata Águas de Sta Bábara Águas de São Pedro**
- Golfinhos **Cananéia**

Histórico & Cultural
Historical & Cultural
Histórico & Cultural

- Imigração Italiana **Pedrinhas Paulista**
- Praça do Boi **Araçatuba**
- Portinari **Batatais**
- Fazendas Históricas **Bananal, Itu Limeira, São Carlos**
- Bordados **Ibitinga**
- Bichos de Pelúcia **Tabatinga**
- Teatro **Cruzeiro | Ribeirão Preto | São João da Boa Vista**
- Forte São João **Bertioga**
- Varpa **Tupã**
- Artesanato **Taubaté**
- Festa do Peão **Americana Barretos Jaguariúna**
- Folia de Reis **Palmital**
- Calçados Masculinos **Franca**
- Dinossauros **Monte Alto**
- Lobisomem **Joanópolis**
- Conservatório **Tatuí**
- Bandeirante **Salto**
- Folclore **Olímpia**
- Cerâmica **Apiaí Cunha**
- Artesanato em madeira **Embu das Artes**
- Saci **Botucatu**
- Edifícios Históricos **Pindamonhangaba**
- Carnaval de Marchinhas **São Luis do Paraitinga**
- Assoc. Nipo Brasileira KKKK **Registro**
- Museu Casa de Portinari **Brodowski**
- Calçados Femininos **Jaú**
- Museus **São Paulo**
- Trem Turístico **Guararema | Jundiaí | Mogi das Cruzes | Moita Bonita | Paranapiacaba | Paraguaçu Paulista**

Rural
Rural
Rural

- Passeio à Eclusa **Barra Bonita**
- Ponte Pêncil **Paulicéia**
- Tropeiros **Sorocaba**
- Frutas **Jundiaí**
- Cambuci **Salesópolis**
- Cana de Açúcar **São José do Rio Preto**
- Vinho **São Roque**
- Flores **Holambra Paranapanema**
- Cachaça **Monte Alegre do Sul**
- Pesca **Iepê Presidente Epitácio Santa Fé do Sul**
- Turismo Rural **Mococa**
- Ovo **Bastos**
- Turismo Climático **Campos do Jordão**

Sol & Praia
Sun & Beach
Sol & Playa

- Praia de Rio **Cardoso | Colômbia | Ilha Solteira | Narandiba | Rifaina | Sabino**
- Navios de Cruzeiro **Ilhabela Santos**

Comidas & Sabores
Food & Flavors
Comidas & Sabores

Araçatuba | Barretos | Bauru | Campinas |Franca | Marília | Presidente Prudente |Registro | Ribeirão Preto | Santo André | São Carlos | São José do Rio Preto | Sorocaba | Taubaté

Trilha & Caminhos
Trails & Paths
Senderos & Caminos

- Morro do Cuscuzeiro **Analândia**
- Morro do Diabo **Teodoro Sampaio**
- Cama de Anchieta **Itanhaém**
- Hidrelétrica **Ilha Solteira**

Religioso
Religious
Religioso

- Seminário Sto. Antonio **Agudos**
- Basílica de Nsa. Senhora **Aparecida**
- Frei Galvão **Guaratinguetá**
- Santo Expedito **Santo Expedito**
- Templo Zu Lay **Cotia**
- Corpus Christi **Santana do Parnaíba**
- Igreja Bom Jesus de Iguape – **Iguape**
- Igreja de Nsa. Senhora da Candelaria - **Itu**
- Igreja de Sta. Rita - **Sta. Rita Passa Quatro**

1 *Visual de cachoeira do Vale das Ostras no PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira), em Iporanga.*
View of "Cachoeira Vale das Ostras" waterfall, in PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira), Iporanga.
Vista de la cascada "Cachoeira Vale das Ostras" en PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira) en Iporanga.

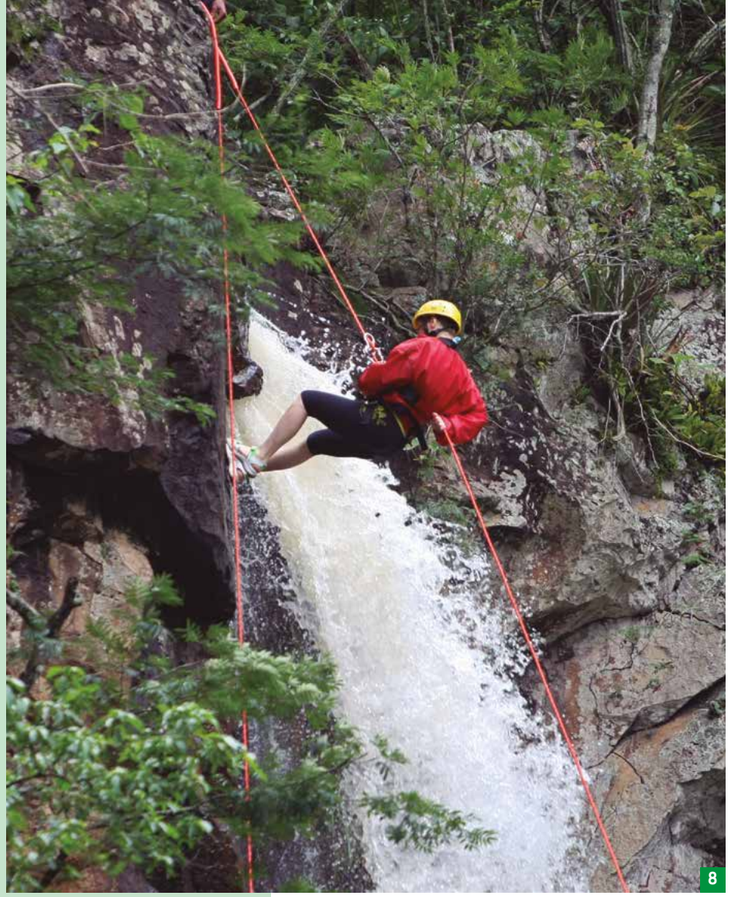
Um Paraíso de Aventuras

Para quem gosta de esportes de aventura, contato com a natureza e atividades de preservação ambiental, São Paulo é um dos destinos mais interessantes do Brasil. Rico em florestas, cachoeiras, grutas, cavernas e paisagens diversas e peculiares, o Estado é guardião de importantes remanescentes de Mata Atlântica, uma das maiores biodiversidades do planeta. Para a proteção dessas áreas existem os Parques Estaduais, unidades de conservação que permitem a visitação e o turismo sustentável. Entre 2006 e 2012, o governo estadual, através da Secretaria de Meio Ambiente, em parceria com o Banco Interamericano de Desenvolvimento (BID), colocou em prática o Projeto de Desenvolvimento do Ecoturismo na Mata Atlântica, iniciativa que contemplou importantes unidades de conservação do Estado com melhorias na estrutura de visitação e capacitação dos moradores e gestores locais, além de ações não apenas nos parques estaduais mas também nas áreas de entorno. Tudo para receber melhor o turista e, de quebra, viabilizar a preservação da mata e das comunidades tradicionais do entorno dos parques. O que já era bom, agora é um convite irresistível. Deixe São Paulo te surpreender.

2 *Parapente no Morro do Voturuá, em São Vicente, o ponto mais alto chega a 180 m.*
Paragliding at Morro do Voturá, in São Vicente, the highest peak is as high as 180 meters.
Parapente en el Morro do Voturuá, en São Vicente. Su punto más alto llega a 180 metros.

3 *Baloismo em Boituva*
The "Cachoeira da Roseira" waterfalls in Brotas, with 55 meters, the effort to get to it through the trail is worth it.
La cascada "Cachoeira da Roseira" en Brotas, con 55 metros, vale la pena el esfuerzo realizado en el sendero para llegar hasta allí.

4 *Mountain Bike nos Caminhos da Corte na Serra da Bocaina, em Cunha*
Mountain Bike in Caminhos da Corte, Serra da Bocaína, Cunha.
Mountain Bike en los Caminhos da Corte en Serra da Bocaina, en Cunha.



Rios e corredeiras

Impossível não lembrar de Brotas quando entramos no segmento ecoturismo. A cidade é considerada capital da atividade e um dos melhores lugares para se praticar rafting e boia-cross no Estado, mais especificamente no curso sinuoso e bastante acidentado do rio Jacaré-Pepira. Megatirolesas, voos de ultraleve e um mergulho na cristalina Areia que Canta fazem da visita à Brotas um passeio indispensável para os adeptos das ecoaventuras. Não deixe de conhecer o parque Mirante das Águas Cachoeira Saltão, na cidade de Itirapina, entre Brotas e São Pedro, com 220 mil metros quadrados de puro verde e uma cachoeira de 75 m de queda livre e poço para mergulho.

Outra boa sugestão são as corredeiras do Rio Pardo, em Águas da Prata ou na vizinha Caconde. Em Analândia, o Ribeirão do Feijão atrai praticantes de boia-cross. Já na cidade montanhosa de Capão Bonito, é possível explorar o rio Paranapanema. Destaque também para a cidade de Socorro, com capacidade para receber pessoas com mobilidade reduzida e equipamentos adaptados para a prática de rafting, rapel, arvorismo e tirolesa.

Em Tapiraí, o belo Rio Corujas se mostra caudaloso, com curvas e quedas d'água que fazem a alegria dos praticantes de boia-cross. No entanto, para os mais radicais, a melhor opção é o canyoning de alto grau de dificuldade no bairro de Paraíso, entre as cidades de Torrinha e Santa Maria da Serra. A aventura começa no córrego São José, passa pelas cachoeiras do Mosteiro (10 m) e do Paraíso (85 m), chegando a um túnel conhecido como pedra do Triunfo. Seguindo pelo leito pedregoso e acidentado do rio, chega-se à última queda a ser transposta, a cachoeira do Zé Pedrini, descida de 55 m em positivo. Em seguida, uma trilha de 20 minutos encerra o passeio na Fazenda Santana. São 8 horas de pura adrenalina.

A opção mais próxima da capital para rafting são as corredeiras do Rio Juquiá, na cidade de Juquitiba, a 74 km da capital. Há até um rafting noturno, sob a luz do luar, simplesmente encantador.

5 *Boia-Cross, em Apiaí, nasceu no PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira) da necessidade de transportar equipamentos pelo rio.*
Buoy-Cross, in Apiaí, was originated in PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira), due to the need to transport equipment throughout the river.
Boya-Cross, en Apiaí, nació en PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira), de la necesidad de transportar equipamientos por el río.

6 *Exemplo de canyoing em Itirapina que consiste na descida de cachoeiras, através da técnica de Rapel.*
Canoeing in Jacaré-Pepira river, in Brotas, which can be either basic or radical..
Canotaje en Río Jacaré-Pepira en Brotas, puede ser realizado en nivel básico y extremo.

7 *Rafting nas corredeira do Rio do Peixe, na cidade de Socorro.*
Rafting in Rio do Peixe rapid, in the city of Socorro.
Rafting en los rápidos del Río Peixe, en la ciudad de Socorro.

8 *Exemplo de canyoing em Itirapina que consiste na descida de cachoeiras, através da técnica de Rapel.*
Group in an inflatable boat going down the rapids of Rio Jacaré, in Brotas.
Grupo en un bote inflable descendiendo en los rápidos del Rio Jacaré, en Brotas.

9 *A cidade de Juquitiba é considerada uma boa opção para a prática de esportes de aventura e para o contato com a natureza.*
Brotas was the first city to create rules for adventures activities, such as rafting, canyoning, and tree climbing.
Brotas fue pionero en crear reglas para las actividades de aventura como rafting, canyoning y arborismo.

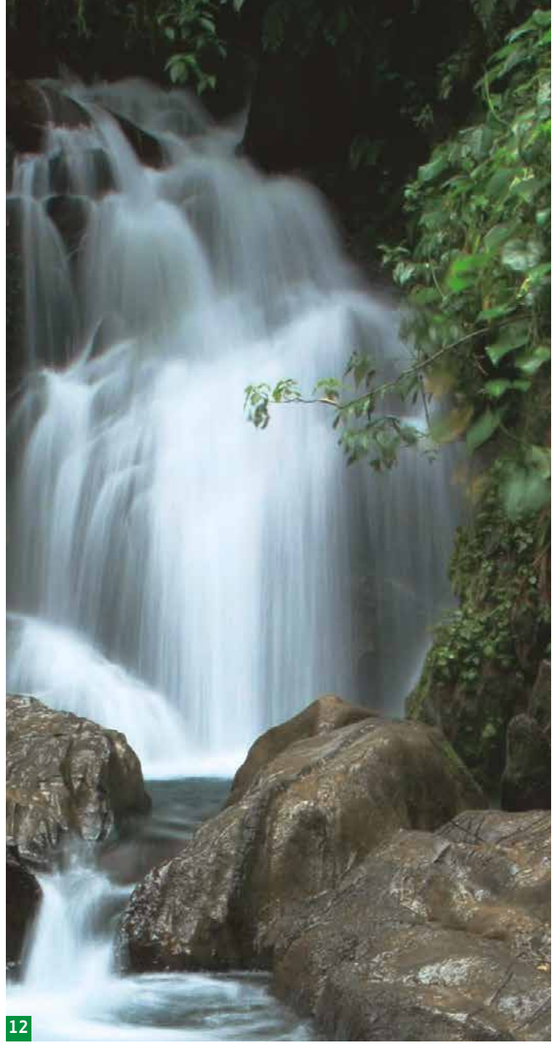
10 *O Rafting, em Brotas, é uma das atividades mais procuradas e reforça o espírito de equipe.*
Rafting in Brotas is one of the most popular activity and it reinforces the team spirit.
Rafting en Brotas, es una de las actividades más buscadas y refuerza el espíritu de equipo.

11 *Do mirante, é impossível não se impressionar com o visual da Cachoeira do Saltão, em Itirapina.*
From the observation deck, it is possible not to be overwhelmed by "Cachoeira do Saltão" waterfall, in Itirapina.
Desde el mirador, es imposible no impresionarse con la vista de Cachoeira do Saltão, en Itirapina.

12 *Cachoeira do Couto, em Iporanga, está no Núcleo Santana, um dos mais visitados do PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira).*
The "Cachoeira do Couto" waterfall, in Iporanga, is located in Núcleo Santana, one of the most visited waterfalls of PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira).
Cachoeira do Couto, en Iporanga, está en el Núcleo Santana, uno de los más visitados de PETAR (Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira).

13 *Cachoeira de Santo Isidro nos Caminhos da Corte na Serra da Bocaina, próximo a São José do Barreiro.*
The "Cachoeira de San Isidro" waterfall in Caminhos da Corte, Serra da Bocaina, near São José do Barreiro.
Cachoeira de Santo Isidro en los Caminhos da Corte en Serra da Bocaina, próximo a São José do Barreiro.

11


12

13

14

Cachoeiras

Elas formam um dos mais belos espetáculos da natureza. Quem nunca ouviu expressões como "lavar a alma" ou "renovar as energias" nas águas de uma cachoeira? No Estado de São Paulo, elas estão por todos os lados, na serra, no interior e no litoral, majestosas, pedindo um momento de contemplação e relaxamento. Na Serra da Bocaina, uma das maiores reservas de Mata Atlântica do Brasil, com 104 mil ha, estão algumas das maiores cachoeiras do Estado. A Cachoeira do Santo Isidro, gelada e selvagem, despenca de uma altura de 50 m e é acessível através de uma trilha de 45 minutos.

No entanto, se a questão for quantidade, o Vale do Itambé, em Altinópolis, merece atenção especial, já que contabiliza 35 cachoeiras. A mais lembrada é a Itambé, de 45 m. Além delas há 12 grutas, cinco rios e cinco morros com atividades como arvorismo, water trekking, trilhas, rapel, cascading, boiacross e cavalgada. Mas cuidado para não confundir, pois a 35 km dali, na cidade de Cássia do Coqueiros, há outra cachoeira de nome Itambé, esta bem mais alta, com 85 m, acessível por uma trilha íngreme de alta dificuldade.

Entre os municípios de Itararé e Bom Sucesso do Itararé estão o Vale do Corisco e o Vale do Itararé, um espetáculo natural de florestas, cânions, cachoeiras e cavernas. Os passeios vão desde trilhas de 14 km de caminhada, como a Trilha das Cachoeiras, até a trilhas mais leves como a do Vale do Corisco, ideal para visitantes da terceira idade, já que o trajeto é feito de carro. Lageado Grande leva até à cachoeira Véu de Noiva. A maior delas é a cachoeira do Corisco, de 103 m, cartão-postal da região.

14 *É possível adentrar a Cachoeira da Gruta, em São José dos Campos.*
It is possible to get into "Cachoeira da Gruta" waterfall, in São José dos Campos.
Es posible ingresar en lo interior de la cascada "Cachoeira da Gruta" en São José dos Campos.

15 *Em Altinópolis, a cachoeira do Itambé, com 45m de altura, é uma atração especial para quem gosta do Turismo Ecológico.*
Canyoning in Águas de São Pedro's waterfalls.
Barranquismo en las cascadas de Águas de São Pedro.

16 *Pererecas, na Mata Atlântica, em Iporanga.*
Frogs, in Atlantic Forest, in Iporanga.
Ranas en la Mata Atlántica en Iporanga.

15

16

No quesito "proximidade da capital" está a Serra do Japi, com uma reserva de 354 km². Além de diversas trilhas que levam a cachoeiras, represas e mirantes. A Cachoeira dos Pretos, em Joanópolis, também é uma boa opção, além de ter acesso fácil e bem sinalizado.

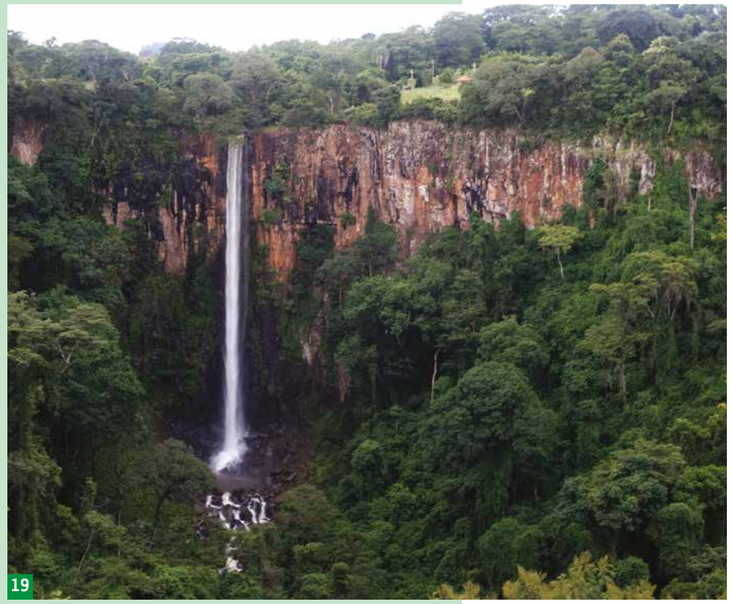
Outra dica de destino bem próximo à cidade de São Paulo é Mairiporã. Localizada na Serra da Cantareira, conta com atrativos como o Lago das Sete Quedas, a cabeceira do rio Juqueri e o morro da pedreira Mantiqueira.

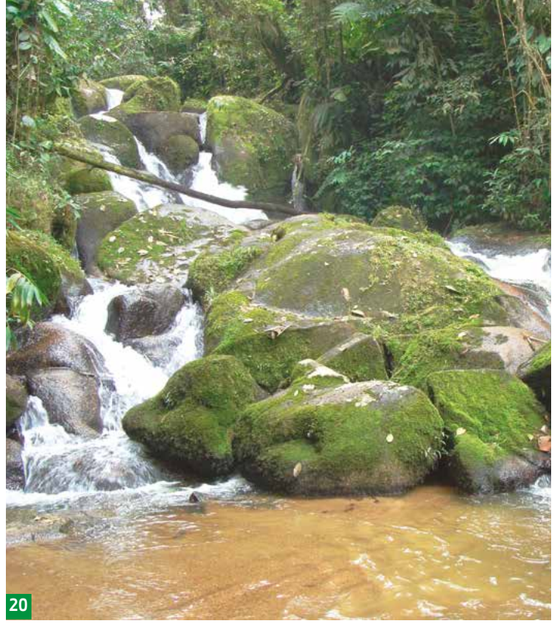
O litoral paulista também é recheado de belos exemplares de cachoeiras. Na porção sul da Estação Ecológica de Jureia-Itatins, no município de Iguape, a cachoeira mais visitada é a do Paraíso, cujo destaque é a grande piscina cristalina que se forma em frente à queda.

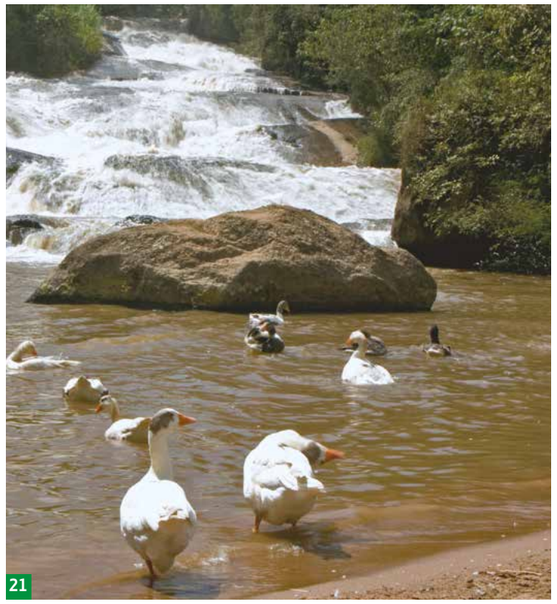
No litoral norte as opções se multiplicam e já na descida da serra, na Rodovia Mogi-Bertioga, avista-se a cachoeira do Elefante, umas das mais impressionantes da região, com suas duas quedas, a maior com 80 m. Na costa sul de São Sebastião, há cachoeiras em praticamente todos os bairros, como a Ribeirão de Itú, em Boiçucanga, que conta com três belas quedas, formando três poços para mergulho. Na isolada Calhetas, entre Toque-Toque Grande e Pequeno, é possível visitar a cachoeira com uma queda de 40 m que termina na praia.

Em Ilhabela, a cachoeira do Gato, com seus 40 m, é a mais procurada por ecoturistas, mas há também outras cachoeiras que se destacam, como a da Toca, da Lage, da Água Branca e a do Veloso. Em Ubatuba, vale a pena uma visita à cachoeira do Prumirim, com seu tobogã natural, poços e duchas de massagens.

18


19


20


21

22

23

17

17 *A Cachoeira do Bernardo Alemão, com 25 m, propicia o canyoning e um banho refrescante em Piedade.*
The "Cachoeira do Bernardo Alemão" waterfall with 25m, is good for canyoning and a refreshing bath in Piedade.
La cascada "Cachoeira do Bernardo Alemão", con 25m invita al canotaje y a tomar un baño refrescante en Piedade..

18 *A Cachoeira do Paulinho, com 3 m de altura, deságua numa piscina natural de águas frias em São Bento do Sapucaí.*
"Cahoeira do Paulinho" waterfalls with 3-meter height, flows into a natural pool with cold water in São Bento do Sapucaí..
La cascada "Cachoeira do Paulinho" con 3 metros de altura , culmina en una piscina de agua fría en São Bento do Sapucaí.

19 *Cachoeira Itambé tem 84 m e é a maior de Cássia dos Coqueiros.*
"Cachoeira do Itambé" waterfall with 84 meters is the highest waterfalls in Cássia dos Coqueiros.
La cascada "Cachoeira do Itambé" tiene 84 metros y es la más grande de Cássia do Coqueiros.

20 *Cachoeira do Limoeiro, em Tapiraí, tem acesso através de uma trilha leve na Mata Atlântica.*
"Cachoeira do Limoeiro" waterfalls, in Tapiraí is accessed through a light trail inside the Atlantic Forest.
La cascada "Cachoeira do Limoeiro" en Tapiraí tiene acceso a través de un sendero fácil en la Mata Atlántica.

21 *Parque dos Sonhos, em Socorro, é um complexo de aventura que reúne 14 diferentes atividades.*
Parque dos Sonhos, in Socorro, is an adventure complex which comprises 14 different activities.
Parque dos Sonhos, en Socorro, es un complejo de aventura que reúne 14 actividades diferentes.

22 *A Cachoeira do Baú, em Santo Antônio da Alegria, faz divisa estadual de São Paulo e Minas Gerais (Itamogi).*
"Cachoeira do Baú" waterfall, in Santo Antônio da Alegria, divides the States of São Paulo and Minas Gerais (Itamogi).
La cascada "Cachoeira do Baú" en Santo Antônio da Alegria, divide a los Estados de São Paulo e Minas Gerais (Itamogi).

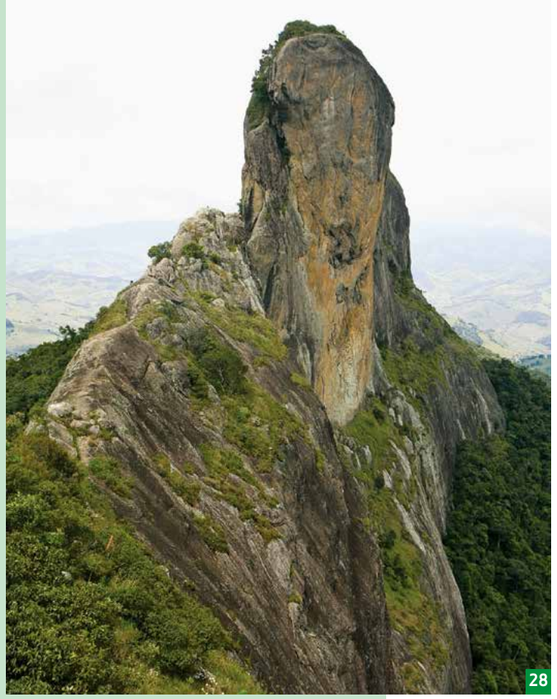
23 *Cachoeira Nascente das Águas, em Pilar do Sul, impressiona pelo alto volume de água.*
The "Cachoeira Nascente das Águas" waterfalls in Pilar do Sul, impresses with its high volume of water.
La cascada "Cachoeira Nascente das Águas" en Pilar do Sul impresiona por el gran caudal de agua.

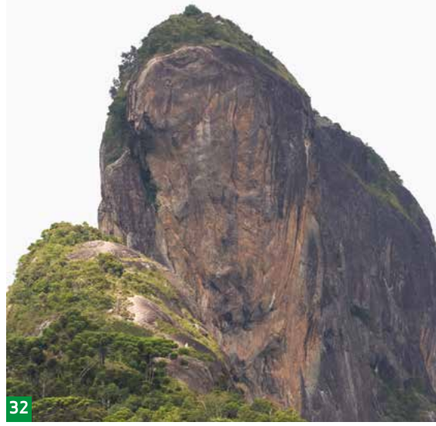
Região Serrana

A altitude, o clima e a mata preservada sobre morros são um chamariz para ecoturistas e aventureiros. O frio não assusta, pelo contrário, torna-se aliado. Na chamada região serrana do Estado de São Paulo, do qual fazem parte municípios como Campos do Jordão, São Bento do Sapucaí e o distrito de São Francisco Xavier, as atividades englobam escaladas, trekking, rapel, arvorismo, canyoning, atividades de ar e cavalgadas. Campos do Jordão, situada a 1620 m de altitude, é a cidade mais fria de São Paulo, e apesar de ser o destino turístico de inverno mais badalado e sofisticado do Estado, preserva a paisagem repleta de araucárias, morros cobertos de vegetação e cachoeiras. A 12 km do centro fica o Horto Florestal, unidade de conservação de 8,3 mil ha que protege uma vasta área de araucárias, espécie em extinção. O relevo montanhoso do parque chega a 2007 m de altitude. Há trilhas tranquilas como a das Quatro Pontes, ótima para crianças, e a outras mais pesadas, como a Trilha da Cachoeira Celestina, de 8,5 km.

Outra sugestão são as cidades menores ao redor de Campos do Jordão, como São Bento do Sapucaí, muito procurada por amantes do montanhismo, voo livre, montain bike e trekking. A charmosa cidadezinha abriga a famosa Pedra do Baú, considerada um dos melhores pontos do País para escaladas e voos de asa delta e paraglider.

Em Santo Antônio do Pinhal, opte pelo passeio pela Fazenda Sertão, que pode ser percorrido a cavalo ou a pé, passa por belas paisagens naturais, comunidades rurais e termina na Cachoeira do Sertão. Turistas mais radicais preferem o voo no Pico Agudo, com 1700 m de altitude. No distrito de São Francisco Xavier encontramos um dos últimos remanescentes de macacos muriquis no País, passeio imperdível para fazer com as crianças. Já no município de Pedra Bela, aventureiros de plantão não podem perder a Mega Tirolesa, a maior das Américas, com 1900 m de extensão e que chega a uma velocidade de 107 km/h..





24 *Parapente na Pedra Grande, em Atibaia.*
Paragliding in Pedra Grande, in Atibaia.
Parapente en Pedra Grande, en Atibaia.

25 *O Morro do Elefante, em Campos do Jordão, pode ser acessado por teleférico ou pela estrada.*
Morro do Elefante, in Campos do Jordão, which can be accessed by cable car or road.
Morro do Elefante, en Campos do Jordão, al que se puede acceder por teleférico o por la calle.

26 *Parque Cachoeira do Saltão, em Itirapina, oferece inúmeras atividades aos visitantes.*
Cachoeira do Saltão park, in Itirapina, provides several activities to visitors.
Parque Cachoeira do Saltão, en Itirapina, ofrece numerosas actividades a los visitantes.

27 *Parque e Represa Dr. Jovino Silveira, em Serra Negra, é ótimo para observação de pássaros e trekking.*
Park and Dam Dr. Jovino Silveira, in Serra Negra, is great for bird observing and trekking.
Parque Represa Dr.Javino Silveira, en Serra Negra, ideal para la observación de pájaros y hacer trekking.

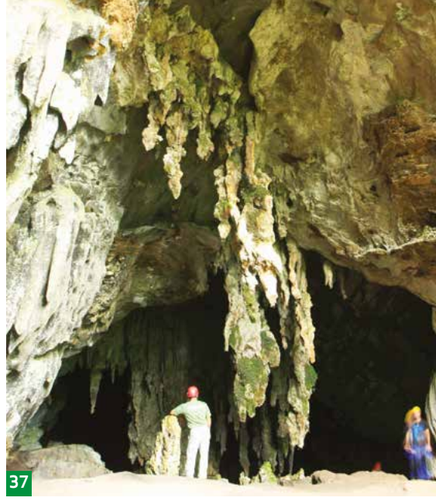
28 *A Pedra do Baú, em São Bento do Sapucaí, impressiona com seus 1950 m e paredes de até 400 m.*
Pedra do Baú, in São Bento do Sapucaí, impresses with its 1950 m and walls of up to 400 m.
Pedra do Baú, en São Bento do Sapucaí, impresiona con sus 1950 metros y paredes de hasta 400 metros.

29 *Para curtir a paisagem é possível parar próximo à pedra do Bauzinho, em São Bento do Sapucaí.*
To enjoy the view it is possible to stop close to "Pedra do Bauzinho" rock in São Bento do Sapucaí.
Para desfrutar a plena del paisaje es posible parar cerca de "Pedra do Bauzinho" en São Bento do Sapucaí.

30 *Coruja flagrada na cidade de Iporanga, área do PETAR.*
Owl seen at Iporanga city, PETAR area.
Lechuza en la ciudad de Iporanga, área de PETAR.

31 *Caminho das Pedras é uma formação rochosa moldada pela erosão em Bom Sucesso de Itararé.*
Caminho das Pedras is a rocky formation molded by erosion in Bom Sucesso de Itararé.
Caminho das Pedras es una formación rocosa moldeada por la erosión en Bom Sucesso de Itararé.

32 *Pico do Agudo, em Santo Antonio do Pinhal, é sede de etapas do Campeonatos Brasileiro de Vôo Livre.*
Pico do Agudo in Santo Antonio do Pinhal is the headquarters for stages of Paragliding Brazilian Championships.
Pico do Agudo, en Santo Antonio do Pinhal, es sede de etapas de Campeonatos Brasileños de Parapente.



33 *O trajeto dentro da Caverna do Diabo, em Eldorado, é suave e iluminado, feito em grande parte sobre passarelas.*
The route within "Caverna do Diabo" cavern is mild and well-lighted, and it is usually made through walkways.
El trayecto dentro de la Caverna do Diabo, en El Dorado, es suave e iluminado, realizado en gran parte sobre pasarelas.

34 *Caverna Teminina, em Apiaí, tem acesso acidentado, sendo necessário o uso de cordas em alguns trechos.*
The "Caverna Terminina" cavern in Apiaí has a rugged access, the use of ropes is needed at some points.
Caverna Teminina en Apiaí, tiene acceso accidentado y es necesario el uso de cuerdas en algunos tramos.

35 *Caverna Água Suja, em Iporanga, apresenta uma bela ornamentação e grandes abismos.*
The "Caverna Água Suja" cavern, in Iporanga, displays beautiful decoration and great abyss.
Caverna Água Suja , en Iporanga, presenta un bello paisaje y grandes abismos.

Cavernas

Resultado de transformações químicas, biológicas, tectônicas e atmosféricas durante milhões de anos, as grutas e cavernas fascinam o homem desde os primórdios de sua existência. O Brasil possui mais de cinco mil cavernas catalogadas pela Sociedade Brasileira de Espeleologia e o Estado de São Paulo é um dos principais núcleos do País para a visitação delas, especialmente na parte sul, entre os municípios de Eldorado, Barra do Turvo, Iporanga e Apiaí, no Vale do Ribeira. A região possui centenas de cavernas registradas, constituindo a segunda maior concentração de cavernas do mundo. 53 delas são abertas à visitação.

Estão inseridas no maior corredor de Mata Atlântica contínua do País, protegidas por diversas unidades de conservação, como o Parque Estadual de Jacupiranga, o Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR), o Parque Estadual Intervales e o Parque Estadual Carlos Botelho.

A Caverna do Diabo, cujo nome original é Gruta da Tapagem, descoberta pelo naturalista alemão Richard Krone em 1891, é a mais estruturada para receber visitantes, com iluminação artificial, cordas, passarelas e escadas. Localizada no município de Eldorado, possui mais de seis quilômetros de galerias mapeadas, 600 m abertos para visitas.

Mas o tesouro dos aventureiros mais ousados está no Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR), complexo de cavernas, cachoeiras, trilhas, comunidades tradicionais, quilombolas e sítios arqueológicos, considerado patrimônio natural da humanidade pela UNESCO (Organização das Nações Unidas), com quatro núcleos de visitação: Santana, Ouro Grosso, Casa de Pedra e Caboclos.

A caverna Santana impressiona com seu salão intitulado Taqueupa, classificado como um dos mais belos e ornamentados do mundo. Atualmente é a maior caverna do Estado, com nove quilômetros mapeados, mas sua extensão total ainda não foi concluída.

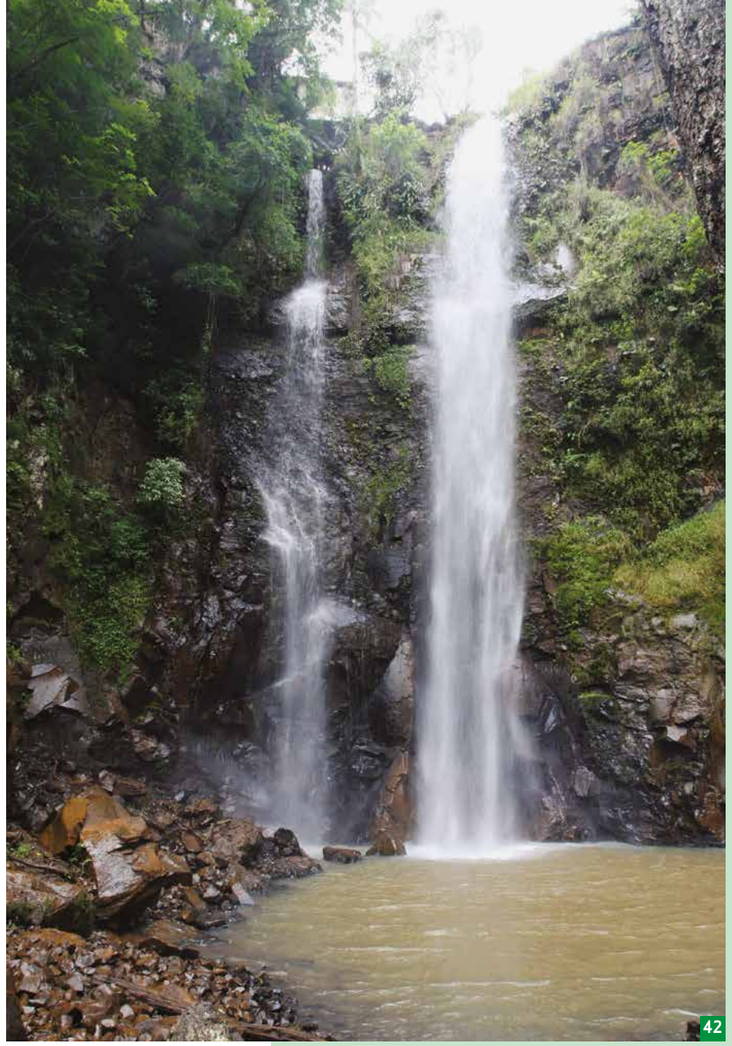
Por outro lado, a caverna Casa de Pedra possui um atrativo peculiar, o maior pórtico de entrada de caverna do mundo, que chega a uma abertura de 215 m de altura.

Longe dali, na cidade de Itu, no interior paulista, é possível fazer uma visita à sexta maior caverna de granito do mundo, a Gruta de Itu, descoberta por pesquisadores em 2011. Na área pesquisada e medida até agora, com 1249 m lineares, já foram encontradas mais de 100 espécies de animais.

36 *Caverna Teminina, em Apiaí. O passeio dura em média 3h e a beleza do percurso compensa o esforço.*
The "Caverna Terminina" a cavern in Apiaí. This is a 3 hours tour, in average, and the beauty of the route is worth the effort.
Caverna Terminina en Apiaí. El paseo dura en promedio 3 horas pero la belleza del recorrido compensa el esfuerzo.

37 *A Caverna do Morro Preto, em Iporanga, tem 20 m de altura na entrada e percurso de aproximadamente 200 m.*
The "Caverna Morro Preto" a cavern in Iporanga has 20 meters of height at the entrance and a trail of approximately 200 m.
La Caverna de Morro Preto, en Iporanga, tiene 20 metros de altura en la entrada y un recorrido de aproximadamente 200 metros.

38 *A Caverna do Couto, no Núcleo Santana, tem percurso leve e possibilita a travessia completa.*
The "Caverna do Couto" cavern in Núcleo Santana has a mild trail and it enables its complete crossing..
La Caverna do Couto, en Núcleo Santana , tiene recorrido fácil por lo que se puede realizar la travesía completa.



Polo Cuesta

Tão ou mais antigas que as cavernas são as cuestas, ou degraus, formações rochosas típicas do México e que no Brasil encontram expoentes no Estado de São Paulo e no Ceará. Trata-se de uma escarpa com mais de 500 km de extensão, com pontos mais altos que chegam a 900 m de altura. No passado, o local foi um imenso deserto de dunas. Segundo os geólogos, essas formações datam do período mesozoico, entre 150 e 200 milhões de anos.

Em 2001, os municípios de Anhembi, Areiópolis, Bofete, Botucatu, Conchas, Itatinga, Paranapanema, Pardinho, Pratânia e São Manuel se uniram para a criação do Circuito Polo Cuesta, a fim de incentivar o turismo regional sustentável. Em 2013, a cidade de Avaré também passou a fazer parte do Circuito. Uma das cidades mais procuradas do Polo é Botucatu, onde é possível praticar atividades como trekking, escaladas, cicloturismo, cavalgadas e voos. No periodo pré-colombiano, segundo lendas, a região era passagem dos incas para o Oceâno Atlântico através do chamado Caminho de Peabiru, considerada a primeira estrada brasileira.

Entre Botucatu e Bofete estão dois grandes símbolos do Polo Cuesta. As Três Pedras e O Gigante Adormecido, para onde é possível fazer passeios a pé e de bicicleta para conhecer de perto essas formações e curtir a bela paisagem local. Uma outra sugestão é a travessia Bofete-Pardinho, que percorre 30, 7 km de bicicleta e passa pelos monumentos da Cuesta. Em Paranapanema, vale a pena conferir a famosa Cavalgada da Padroeira Nossa Senhora do Bonsucesso, realizada em agosto, com seus 15 km de percurso.★

39 *Represa Municipal de Bofete é utilizada pelos visitantes para a prática de pesca esportiva.*
The Municipal Dam of Bofete is used by visitors for sport fishing.
Represa municipal de Bofete, utilizada por los visitantes para la práctica de pesca deportiva.

40 *A Fazenda Lageado, de 1936, está localizada dentro das dependências da UNESP de Botucatu.*
Lageado Farm, founded in 1936, is located within UNESP Botucatu's campus.
La Fazenda Lageada, de 1936, está localizada dentro de las dependencias de UNESP de Botucatu.

41 *O Espaço Cultural Taquara Póca, em Pratânia, foi construído baseado no imaginário rural do escritor e cidadão da cidade, Francisco Marins.*
Cultural Space Taquara Póca, in Pratânia, was built based on rural imaginary of writter and citizen of the city, Francisco Martins.
El espacio cultural Taquara Póca, en Pratânia, fue costruido basado en el imaginarío rural del escritor y cuidadano local, Francisco Marins.

42 *Cachoeira da Marta, em Botucatu, na Cuesta Basáltica, possui bioma Cerrado e Mata Atlântica.*
The "Cachoeira da Mata" waterfall in Botucatu, in Cuesta Basáltica, has Cerrado and Atlantic Forest biomes.
La cascada "Cachoeira da Marta" en Botucatu, en la Cuesta Basaltica, posee bioma cerrado y Mata Atlántica.

43 *Um quinto de toda a área da Represa de Jurumirim fica no município de Paranapanema.*
One fifth of all Jurumirim Dam area is located in the municipality of Paranapanema.
Un quinto de toda el área de la Represa de Jurumirim está en el Estado de Paranapanema.

44 *Lagoas do Tietê, em Anhembi, proporcionam uma paisagem maravilhosa às margens do Rio Tietê.*
Tietê Lakes, in Anhembi, provides a marvellous landscape at Tietê River's margins.
Lagoas do Tietê, en Anhembi, proporcionan un paisaje maravilloso en las márgenes del Río Tietê.

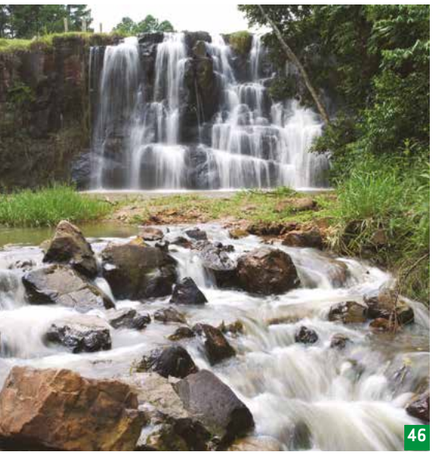
45 *A canoagem no Rio das Conchas, em Capão Bonito, é indicada para quem tem ótima forma física, com quedas de até 5 m.*
Rafting on the Rio das Conchas, in Capão Bonito, suitable for those who are physically fit, with drops of up to 5 meters.
Canotaje en el Río das Conchas, en Capão Bonito, indicado para quienes están en forma física, con caídas de hasta 5 metros.

An Adventure's Paradise

For those who enjoy adventure sports, contact with the nature, and environmental conservation activities, São Paulo is one of the most interesting spots in Brazil. Rich in forests, waterfalls, caves, caverns, and diverse and peculiar scenarios, the State guards important remains of the Atlantic Forest, one of the largest biodiversities of the planet. In order to protect such areas, there are State Parks, conservation units that allow visits and sustainable tourism.

From 2006 to 2012, the State government, through Environment Secretariat, in partnership with Banco Interamericano de Desenvolvimento (DIB) [Inter-American Development Bank], put in practice the Ecotourism Development Project in Atlantic Forest, an iniciative that comprised important conservation units of the State with improvements made to visiting structure and training of residents and local managers, besides actions in surrounding areas, not only within the State parks. All of that to better welcome tourists and, also, to enable preservation of forests and traditional communities around the parks. This made what was already good irresistible. Let São Paulo surprise you.

46 *Cachoeira do Monjolinho, em Itirapina, possui 12 m e uma refrescante piscina natural para a família.*
Monjolinho Waterfall, in Itirapina, has 12 m height and a refreshing natural pool for all your family.
Cascada de Monjolinho, en Itirapina, mide 12 metros y es una refrescante piscina natural para toda la familia.



47 *Turismo de aventura com caiaque nas quedas d'água em Brotas.*
Isitiorrum, sam si cum rempos volorepe solum fugia vendictem atur re, verum quis.
Isitiorrum, sam si cum rempos volorepe solum fugia vendictem atur re, verum quis.

48 *Cachoeira São Domingos, em São Sebastião da Grama.*
The "Cachoeira de São Domingos" waterfall, in São Sebastião da Grama
La cascada "Cachoeira São Domingos", en São Sebastião da Grama.

Rivers and Rapids

It is impossible not to think of Brotas when taking about ecotourismsegment. The city is considered as the capital of adventure and one of the best places to practice rafting and buoy cross in the State, particularly the very sinuous hilly Jacaré-Pepira river. Mega Tyrolean traverses, ultralight flights, and diving into crystaline Areia que Canta make the visit to Brotas an indispensable tour for those who are into ecoadventures. Be sure to visit Mirante das Águas Cachoeira Saltão park, in the city of Itirapina, located between Brotas and São Pedro, with 220 thousand square meters of the purest green and a 75-meter free-fall waterfall and a pit for diving.

Another good reason are Rio Pardo rapids in Águas da Prata or in the neighbor city of Caconde. In Analândia, Ribeirão do Feijão draws buoy-cross. In the mountain city of Capão Bonito, it is possible to explore Paranapanema river. We can also highlight the city of Socorro, capable of welcoming people with reduced mobility and equipment adapted to practice rafting, rapelling, tree climbing, and Tyrolean traverse.

In Tapiraí, the beautiful Corujas river is a river with great volume, with curves and water falls, providing happy times to buoy-crossers. However, for those into more radical sports, the best option is canyoning of high level of difficulty in Paraíso district, between the cities of Torrinha and Santa Maria da Serra. The adventure starts at São José stream, passes through Mosteiro's waterfalls (10 meters) and Paraíso's waterfalls (85 meters), getting to a tunnel known as Pedra do Triunfo.

Following the rocky and uneven bed of the river, we get to the last fall to be transposed, Zé Pedrini waterfall, with a 55-m positive fall. Next, a 20-minute trail will close the tour through Santana Farm. This is an 8-hour adventure of pure adrenaline.

The rafting spot closest to São Paulo capital are Juquiá's River rapids, located in the city of Juquitiba, 74 km from the capital. There is even a nocturne rafting, under the moon light, which is enchanting.

Water falls

They form one of the most beautiful spectacles of the nature. You have already heard expressions such as "wash out your soul" or "renew your energies" with water from waterfalls? In São Paulo State, waterfalls are everywhere, in the mountains, countryside, and coast, they are majestic, invinting for a moment of contemplation and relaxing. In Serra da Bocaína, one of the largest reserves of Atlantic Forest in Brazil, with 104 thousand *ha*, you can find some of the highest waterfalls in the State. Santo Isidro's Waterfalls, cold and wild, drops from a height of 50 m and it is accessible through a 45-minute trail.

However, if you are talking about amounts, Vale do Itambé, in Altinópolis, deserves special attention, as it is made up of 35 waterfalls. The most popular waterfall is Itambé, with 45 m. In addition to those waterfalls, there are 12 caves. five rivers and five hills with activities such as tree climbing, water trekking, trails, rapelling, cascading, buoy-cross, and horse riding. Be sure not to get to the wrong waterfall, as 35 km distant from there, in the city of Cássia do Coqueiros, there is another waterfall named Itambé, which is much higher, with 85 m, and is only accessible by a highly difficult steep trail.

Between the municipalities of Itararé and Bom Sucesso do Itacaré, it is located Vale do Corisco and Vale do Itararé, a natural spectacle of forests, canyons, waterfalls, and caverns. Tours comprise from trails with 14 km of hiking, such as Waterfall Trail, to lighter trails sucha as Corisco Valley, ideal for seniors, as the journey is made by car. Lageado Grande takes you to Véu de Noiva waterfall. The largest of them is Corisco's waterfall, with 103 m, the symbol of the city.

On "proximity to capital" matters, "Serra do Japi" is the place, with a 192 km reserve. Besides the several trails that leads to waterfalls, dams, and observation decks. The "Cachoeira dos Pretos" waterfall, in Joanópolis, is also a good option, and it also has an easy access and it is well signposted.

Another destination which is close to São Paulo city is Mairiporã. It is located in Serra da Cantareira, and has attractions such as Lago das Sete Quedas, riverhead of Juqueri river, and Mantiqueira Quarry hill.

Paulista coast is also filled with beautiful waterfalls. In the south of Ecological Station of Jureia-Itatins, in the municipality of Iguapem, the most visited waterfall is Paraíso, highlighting the great crystalline pool which forms right in front of the fall.

49 *Cachoeira das Andorinhas, em Monte Alegre do Sul, tem 10 m e acesso até mesmo para carros.*
The "Cachoeira da Andorinha" waterfall in Monte Alegre do Sul, 10 meters height, and it is accessible by car.
La cascade "Cachoeira da Andorinha" en Monte Alegre do Sul tiene 10 metros y acceso para automóviles.

50 *A Cachoeira do Belchior, na Serra de Paranapiacaba em Tapiraí, é propícia para a prática de canyoning.*
The "Cachoeira do Belchior" waterfall, in Serra de Parapiacaba, in Tapiraí, is suitable for canyoning.
La cascade "Cachoeira do Belchior" en Serra de Paranapiacaba en Tapiraí, es propicia para la práctica de barranquismo.

51 *Na Pedra 11, em Vargem, fica a mais deslumbrante paisagem da Represa do Rio Jaguari.*
At Pedra 11, in Vargem, you can see the gorgeous landscape of Jaguari River Dam.
En la Pedra 11, en Vargem, se encuentra el paisaje más deslumbrante de la Represa del Río Jaguari.

52 *A Cachoeira dos Amores abastece de água a cidade de São Bento do Sapucaí.*
The "Cachoeira dos Amores" waterfall, provides water for the city of São Bento do Sapucaí.
La cascade "Cachoeira dos Amores" abastece de agua a la ciudad de São Bento do Sapucaí.

In the north coast, there are several options and going down the road, at Mogi-Bertioga Road, it is possible to see the Elefante waterfall, one of the most impressive waterfalls in that region, with two falls, the biggest one with 80 m. In the south coast of São Sebastião, there are waterfalls in nearly all districts, such as Ribeirão de Itú, in Boiçucanga, with three beautiful falls forming three pits for diving. In the isolated Calhetas, between Toque-Toque Grande and Toque-Toque Pequeno, it is possible to visit a waterfall with a 40-meter fall that ends in the beach.

In Ilhabela, Gato waterfall, with 40 meters, is the most popular one among ecotourists, but there are also other waterfalls that stand out, such as Toca, Lage, Água Branca and Veloso. In Ubatuba, the visit to Prumirim waterfall is 49 worth it for its natural toboggan, pits, and massage showers.

53

Mountain

The altitude, climate, and preserved forest over the hills draws ecotourists and adventurers. The cold climate does not scare, on the contrary, it becomes an ally. In the mountain region of São Paulo State, comprising municipalities of Campos do Jordão, São Bento do Sapucaí, and the district of Francisco Xavier, among others, the activities comprise mountain climbing, trekking, rapelling, tree climbing, canyoning, air activities, and horse riding. Campos do Jordão is located at 1620 m altitude, is the coldest city in São Paulo State, and despite being the most visited and sophisticated tourism destination during the winter, it still conserves the landscape full of araucarias, hills covered with vegetation and waterfalls. Horto Florestal is located 12 km from downtown; it is a conservation unit with 8.3 thousand *ha* which protects a vast area of araucaries, endangered species. The hilly relief of the park goes as high as 2007 m of altitude. There are tranquil trails such as Quatro Pontes, which is great for children, and others that are more difficult, such as Trilha da Cachoeira Celestina, with 8.5 km.

Another suggestion are smaller cities surrounding Campos do Jordão, such as São Bento do Sapucaí, popular among those who love mountaineering, free flight, mountain bike, and trekking. The charming little town houses the famous Pedra do Baú, considered one of the best spots in the Country for climbing and hang-gliding, and paragliding.

In Santo Antônio do Pinhal, you can choose to have a tour in Sertão Farm, which may be made either by horse or on foot. It goes through beautiful natural landscapes, rural communities, and ends at Cachoeira do Sertão. Tourists who are more radical prefer a flight at Pico Agudo, with 1700 m of altitude. In the district of São Francisco Xavier, we find one of the last remaining muriquis monkeys in the Country, a tour you don't want to miss with your children. In the municipality of Pedra Bela, adventurers on-the-go should not miss the Mega Tyrolean Traverse, the largest in America, with 1900 m of extension reaching a speed of 107 km/h.

Caves

Result of chemical, biological, tectonic, and atmospheric changes, caves and caverns fascinate men from the very beginning. Brazil has over five thousand caverns listed by Brazilian Speleology Society and São Paulo State is one of the main centers in the Country for visiting, especially in the south, between the municipalities of Eldorado, Barra do Turvo, Iporanga and Apiaí, in Vale do Ribeira. This region has hundreds of listed caverns, comprising the second largest concentration of caverns in the world. 53 of them are open for public visitation.

Those caverns are located in the larget corridor of continuous Atlantic Forest in the Country, protected by different conservation units, such as Parque Estadual de Jacupiranga, Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR), Parque Estadual Intervales and Parque Estadual Carlos Botelho.

The "Caverna do Diabo" (Diabo's Cavern), originally named "Gruta da Tapagem", discovered by German naturalist Richard Krone, in 1891, is the most well structured cavern to welcome visitors, with artificial lights, ropes, walkways, and stairs. Located in the municipality of Eldorado, it has over six kilometers of mapped galleries, 600 m of which open for visitation.

However, the treasure for the boldest adventurers is located in Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR), complex of caverns, waterfalls, trails, traditional communities, quilombola and archeological sites, considered as a UNESCO (United Nations) World Heritage site, with four visitation nuclei: Santana, Ouro Grosso, Casa de Pedra e Caboclos.

Santana cavern impresses with its room entitled Taqueupa, classified as one of the most beautiful and decorated in the world. It is currently the largest cavern in the State, with nine kilometers mapped, however, its total extension has not been concluded yet.

On the other side, Casa de Pedra cavern has a peculiar attraction, the largest cavern entrance portal in the world, with an opening of 215-meter height.

Far from that spot, in the city of Itu, in Paulista countryside, it is possible to visit the sixth largest granite cavern in the world, Gruta de Itu, which was discovered by researchers in 2011. In the area studied and measured, with 1249 linear meters, more than 100 animal species have been found so far.

Pole Cuesta

Older or as old as caverns are cuestas, or stopes, rocky formations typical of Mexico; in Brazil, we can find exponents in the states of São Paulo and Ceará. This is an escarpement of more than 500 km extension, with the highest peaks reaching 900 m of height. In the past, this place was an immense desert of dunes. According to geologists, such formations dated from the Mesozoic period, between 150 and 200 million years.

In 2001, the cities of Anhembi, Areiópolis, Bofete, Botucatu, Conchas, Itatinga, Paranapanema, Pardinho, Pratânia, and São Manuel got together to create Polo Cuesta Circuit to incentivate sustainable regional tourism. In 2013, the city of Avaré joined the Circuit. One of the most popular cities is Botucatu, where activities such as trekking, climbing, cycling, horse riding, and flights, are possible. In pre-Colombian time, the region was a passage to Incas to get to Atlantic Ocean through Caminho de Peabiru, which is considered as the first Brazilian road.

Between Botucatu and Bofete, there are two great symbols of Polo Cuesta. Três Pedras and O Gigante Adormecido, which can be reached by either bycicle or on foot to get a closer look at those formations and enjoy the beautiful local landscape. Another suggestion is Bofete-Pardinho passage, which is a bike-tour of 30.7 km and goes through monuments of Cuesta. In Paranapanema, it is worth to check the famous Cavalgada da Padroeira Nossa Senhora do Bonsucesso, with a 15-km journey, which occurs in August.★

54

55

56

53 *Montanha do Lopo em Vargem, entre São Paulo e Minas Gerais, tem 900 m em relação à sua base.*
The "Montanha do Lopo" a mountain, in Vargem, between São Paulo and Minas Gerais, is 900 meters tall.
La "Montanha do Lopo" montaña en Vargen, entre São Paulo y Minas Gerais,tiene 900 metros en relación a su base.

54 *Caverna Santana, em Iporanga, é uma das mais extensas do Brasil, calculam que sua extensão chegue a 15 km.*
The "Caverna do Santana" cavern in Iporanga, is one of the most extensive caverns in Brazil. It is estimated to have an extension of up to 15 km.
Caverna Santana en Iporanga, es una de las más extensas de Brasil, se calcula que su extensión llega a 15 km.

55 *Caverna Ouro Grosso, em Iporanga, tem extensão de 1100 m e possui diversas cachoeiras no seu interior.*
The "Caverna Ouro Grosso" cavern in Iporanga, has an extension of 1100 m and has many waterfalls inside it.
Caverna Ouro Grosso, en Iporanga, tiene una extensión de 1100 metros y posee diversas cascadas en su interior.

56 *Escadão da Barreira, no Rio Itararé, aproxima os turistas da forte e barulhenta queda d'água.*
The "Escadão do Barreira" waterfalls in the Itararé River brings tourists closer to the strong and noisy waterfall.
Escadão da Barreira, en el Río Itararé, los turistas se aproximan a la fuerte y ruidosa caída de agua.

Un Paraíso de Aventuras

Para los que gustan de los deportes de aventura, el contacto con la naturaleza y las actividades de preservación ambiental, São Paulo es uno de los destinos mas interesantes de Brasil. Rico en bosques, cascadas, grutas, cavernas y paisajes diversos y particulares, el estado es guardián de importantes porciones de mata Atlántica, una de las mayores áreas de biodiversidad del planeta. Para proteger dichas áreas existen los Parques Estaduales, unidades de conservación que son visitados por turismo sustentable.

Entre 2006 y 2012, el gobierno estadual, a través de la Secretaría de Medio Ambiente, en colaboración con el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) puso en práctica el Proyecto de Desarrollo de Ecoturismo en la Mata Atlántica, iniciativa que incluyo importantes áreas de conservación del Estado con mejoras en la estructura de visitas y capacitación de los moradores y agentes locales, ademas de acciones no sólo en los Parques Estaduales sino también en las áreas cercanas. Estas acciones se focalizaron en recibir mejor a los turistas y permitir también la preservación de la selva y de las comunidades tradicionales que rodean los Parques. Lo que ya era bueno, ahora es irresistible. Déjese sorprender por São Paulo.

57 *Rio Jacaré-Pepira, em Brotas, é um dos melhores pontos do País para rafting.*
Jacaré-Pepira River, in Brotas, is one of the best places in Brazil for pararafting.
Río Jacaré-Pepira, en Brotas, uno de los mejores puntos del país para practicar rafting.

59

Los ríos y rápidos

Es imposible no mencionar Brotas cuando entramos en el segmento ecoturismo. La cuidad es considerada la capital de la actividad y uno de los mejores lugares para practicar rafting y boiacross del estado, especialmente en el curso sinuoso y bastante accidentado del río Jacaré-Pepira. Megatirolesas, vuelos de ultralivianos y buceo en aguas cristalinas en Aréia que Canta hacen de la visita a Brotas un paseo indispensable para los adeptos a la ecoaventura. No deje de conocer el Parque Mirador das Águas Cachoeira Saltão, en la ciudad de Itirapina, entre Brotas y São Pedro, con 220 mil metros cuadrados de puro verde y una cascada de 75m de caída libre y una fosa para bucear.

Otra buena sugerencia es visitar los rápidos del Río Pardo, en Águas da Prata o en la vecina Caconde. En Analândia, Ribeirão do Feijão atrae a los interesados en el boia-cross. En la cuidad montañosa de Capão Bonito es posible explorar el río Paranapanema. También se destaca la cuidad da Socorro, con instalaciones y equipamientos adaptados para la práctica de rafting, rappel, arborismo y tirolesa para personas con capacidad reducida.

En Tapiraí, el bello río Corujas se muestra caudaloso, con curvas y caídas de agua que alegran a quienes practican boia-cross. Por otro lado, para los más extremos, la mejor opción es es canotaje de alto grado de dificultad en el Barrio de Paraíso, entre las ciudades de Torrinha y Santa Maria da Serra. La aventura comienza en el arroyo São José, pasa por las cascadas de Mosteiro (10 m) y de Paraíso (85 m), llegando a un túnel conocido como pedra do Triunfo. Siguiendo por el lecho pedregoso y accidentado del río, se accede a la última caída, la cascada de Zé Pedrini,descenso en positivo de 55 metros. En seguida, un sendero de 20 minutos cierra el paseo en la Fazenda Santana. Son 8 horas de pura adrenalina.

La opción mas cercana a la capital para la práctica de rafting son los rápidos del río Juquiá, en la ciudad de Juquitiba, a 74 km de la capital, con la posibilidad de realizar un rafting nocturno, bajo la luz de la luna, simplemente encantador..

58 *Juquitiba é área de proteção de manaciais, com grande malha hidrográfica e Mata Atlântica preservada.*
Juquitiba is an area of fountain protection, with great waterways and preserved Atlantic Forest.
Juquitiba es área de protección de manantiales, con gran malla hidrográfica y Mata Atlántica preservada.

59 *Cachoeira Pedro David, em São José dos Campos, tem 15 m, diversas quedas e uma boa infraestrutura.*
The "Cachoeira Pedro David" waterfall in São José dos Campos, has 15 m, several falls and good infrastructure.
Cascada Pedro David, en São José dos Campos, tiene 15 metros, diversas caídas y una buena infraestructura.

El litoral paulista también está rodeado de bellas cascadas. En la porción sur de la Estação Ecológica de Jureia-Itatins, en el municipio de Iguape, la cascada más visitada es la del Paraíso, cuyo atractivo es la gran piscina cristalina que se forma en frente de la caída.

En el litoral norte las opciones se multiplican y en el descenso de la sierra, en la Rodovia Mogi-Bertioga, se observa la cascada de Elefante, una de las más impresionantes de la región, con dos caídas, la mayor con 80 metros. En la costa sur de São Sebastião, hay cascadas en prácticamente todos los barrios, como la ribera de Itú, en Boiçucanga, que cuenta con tres hermosas caídas que forman tres pozos para buceo.

En la aislada Calhetas, entre Toque-Toque Grande y Pequeño, es posible visitar la cascada con una caída de 40 metros que termina en la playa.

En Ilhabela, la cascada del Gato, con sus 40 metros, es la másbuscada por ecoturistas. También se destacan otras cascadas, como la de la Toca, de Lage, del Água Branca y la de Veloso. En Ubatuba , vale la pena una visita a la cascada de Prumirim, con un tobogán natural, pozos y duchas de masajes.

Cascadas

Forman uno de los más bellos espectáculos de la naturaleza. ¿Quién no escuchó alguna vez expresiones como "lavar el alma" o "renovar las energías" en las aguas de una cascada? En el Estado de São Paulo, ellas están por todos lados: en la sierras, en el interior y en el litoral. Majestuosas, pidiendo un momento de contemplación y relajación. Algunas de las mayores cascadas del Estado, se encuentran en la Serra da Bocaina, una de las mayores reservas de Mata Atlántica de Brasil, de 104.000 hectáreas. La cascada de Santo Isidro, helada y salvaje, cae desde una altura de 50 metros y es accesible a través de un sendero de 45 minutos.

Del mismo modo, en cuestión de cantidad, el Vale do Itambé, en Altinópolis, merece atención especial, ya que contabiliza 35 cascadas. La más conocida es Itambé, de 45 metros. Además de las 12 grutas, 5 ríos y 5 morros con actividades como arborismo, water trekking, senderos, rappel, cascading, boia-cross y cabalgata. No hay que confundirse ya que a 35 km de allí, en la ciudad de Casia do Coqueiros, hay otra cascada de nombre Itambé, más alta, de 85 metros, accesible por un sendero de dificultad alta.

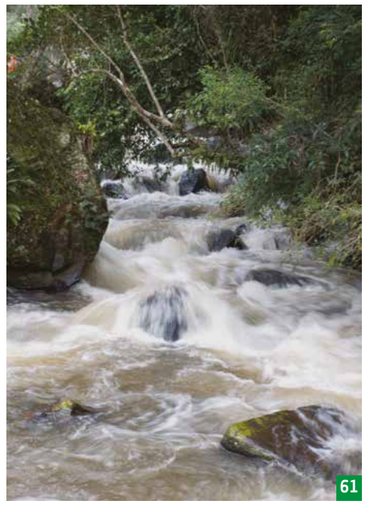
Entre los municipios de Itararé y Bom Sucesso do Itararé están el Vale do Corisco y el Vale do Itararé, un espectáculo natural de florestas, cañones, cascadas y cavernas. Los paseos van desde senderos de 14 km de caminata, como la Trilha das Cachoeiras, hasta senderos más fáciles como el de Vale do Corisco, ideal para visitantes de tercera edad, ya que el trayecto se recorre en auto. Lageado Grande lleva hasta la cascada Véu de Noiva. La mayor es la cascada do Corisco, de 103 metros, postal de la región.

Si el requisito es "proximidad de la capital", allí está la Serra do Japi, con una reserva de 192 km. Se pueden recorrer diversos senderos que llevan a las cascadas, represas y miradores. La Cachoeira dos Pretos, en Janópolis , también es una buena opción, con acceso fácil y bien señalizado.

Otro destino recomendable cercano a São Paulo é Mairiporã, localizado en La Serra da Cantareira, cuenta con atractivos como el Lago das Sete Quedas, la cabecera del río Juqueri y el morro de la pedrera Mantiqueira.

60 *Bugio, primata típico da Mata Atlântica, em Apiaí.*
Howler monkey, a primate typical from Atlantic Forest, in Apiaí.
Bugio, primate típico de la Mata Atlántica, en Apiaí.

60



61

61 *A Cachoeira dos Pretos, em Joanópolis, é uma das maiores do Estado, com 154 m de queda.*
The "Cachoeira dos Pretos" waterfall in Joanópolis, is one of the highest in the state, with a fall of 154 m.
La cascada "Cachoeira dos Pretos" en Joanópolis, es una de las mayores del Estado, con 154 metros de caída.

Región Serrana

La altitud, el clima y la selva preservada sobre los morros son una tentación para turistas y aventureros. El clima frío no asusta, por el contrario, se torna aliado. En la llamada región serrana del Estado de São Paulo, de la cual forman parte los municipios Campos do Jordão, São Bento do Sapucaí y el distrito de São Francisco Xavier, las actividades incluyen escaladas, trekking, rappel, arborismo, canotaje, deportes aéreos y cabalgatas. Campos do Jordão, situada a 1620 metros de altura, es la ciudad más fría de São Paulo, a pesar de ser el destino turístico de invierno más afamado y sofisticado del Estado , preserva el paisaje lleno de araucarias, morros cubiertos por vegetación y cascadas. A 12 km del centro se encuentra el Horto Forestal, una unidad de conservación de 8,3 mil hectáreas que protege una vasta área de araucarias, especie en extinción. El relevo montañoso del parque llega a 2007 metros de altura. Hay senderos tranquilos como el de Quatro Pontes, óptimo para niños, y otros con mayor dificultad como el sendero Trilha da Cachoeira Celestina, de 8,5 km.

Otra sugerencia son las ciudades menores en los alrededores de Campos do Jordão, como São Bento do Sapucaí , muy buscada por los amantes del montañismo, vuelo libre, mountain bike y trekking. La pequeña ciudad posee la famosa Pedra do Baú, considerada uno de los mejores puntos del país para realizar escaladas y vuelos de ala delta y parapente.

En Santo Antônio do Pinhal, elija el paseo por la Fazenda Sertão, que puede ser recorrido a caballo o a pié, pasa por bellos paisajes naturales, comunidades rurales y termina en la Cachoeira do Sertão. Los turistas más extremos prefieren el vuelo en el Pico Agudo, con 1700 metros de altitud. En el distrito de São Francisco Xavier encontramos una de los últimas poblaciones que existen de monos muriquis en el País, paseo imperdible para realizar con niños. Ya en el municipio de Pedra Bela, los aventureros no se pueden perder la Mega Tirolesa, la mayor de América. Posee 1900 metros de extensión y alcanza una velocidad de 107 km/h.

64

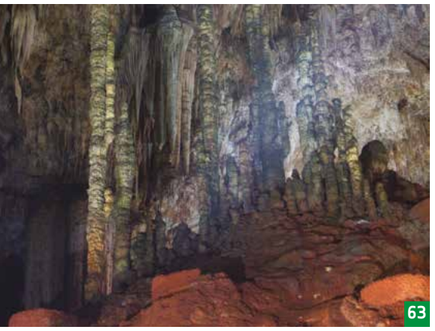
Cuevas

Resultado de transformaciones químicas, biológicas, tectónicas y atmosféricas durante millones de años, las grutas y cavernas fascinan al hombre desde el principio de su existencia. Brasil posee más de 5000 cavernas catalogadas por la Sociedad Brasileña de Espeleología y el estado de São Paulo es uno de los principales núcleos del país para visitarlas. Especialmente en la parte sur, entre los municipios de Eldorado, Barra do Turvo, Iporanga y Apiaí, en el Vale do Ribeira. La región posee centenas de cavernas registradas, que constituyen la segunda mayor concentración de cavernas del mundo, 53 de ellas pueden ser visitadas.

Están dentro del mayor corredor de Mata Atlántica continua del País, protegidas por diversas unidades de conservación , como el Parque Estadual de Jacupiranga, el Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR), el Parque Estadual Intervales y el Parque Estadual Carlos Botelho.

62

62 PETAR, em Apiaí/Iporanga, possui quatro núcleos de visitação pública e apoio à fiscalização e pesquisa.
PETAR in Apiaí/Iporanga, has four units for public visitation and support for vigillance and research.
PETAR en Apiaí/Iporanga, posee cuatro núcleos de visita pública y apoyo a fiscalización de investigaciones.



63

63 Os núcleos do PETAR são: Santana, Caboclos, Ouro Grosso e Casa de Pedra.
PETAR units are: Santana, Caboclos, Ouro Grosso, and Casa de Pedra.
Los núcleos de PETAR son: Santana, Caboclos, Ouro Grosso y Casa de Pedra.

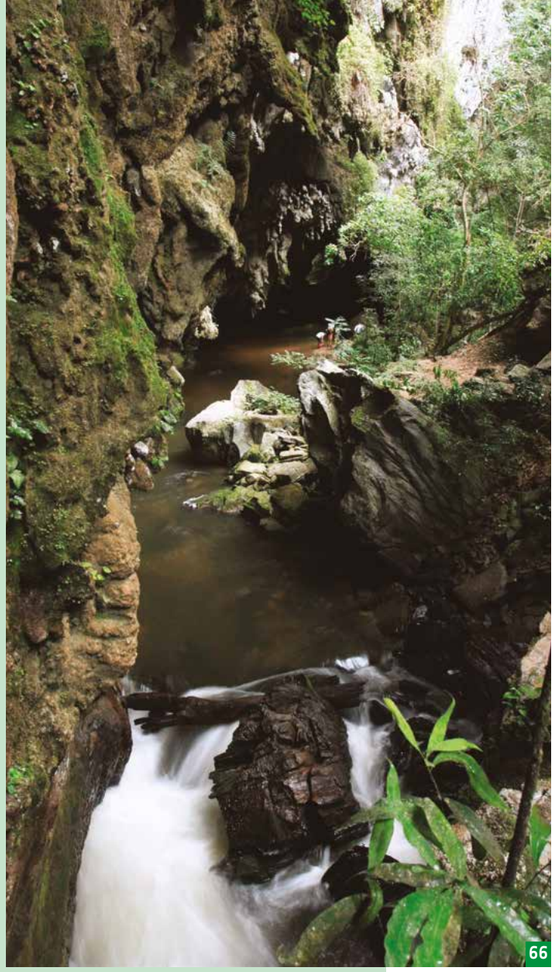
La Caverna do Diabo, cuyo nombre original es Gruta da Tapagem, descubierta por el naturalista alemán Richard Krone en 1891, es la más preparada para recibir visitantes, con iluminación artificial, cuerdas, pasarelas y escalinatas. Localizada en el municipio de Eldorado, posee más de 6 kilómetros de galerías mapeadas, 600 metros abiertos para visitas.

Pero el tesoro de los aventureros más osados está en el Parque Estadual do Alto do Ribeira (PETAR),complejo de cavernas, cascadas, senderos, comunidades tradicionales, comunidades quilombolas y sitios arqueológicos, considerado patrimonio natural de la humanidad por la UNESCO (Organización de las Naciones Unidas), con cuatro núcleos de visita: Santana, Ouro Grosso, Casa de Pedra y Caboclos.

La Caverna Santana impresiona con su salar llamado Taqueupa, clasificado como uno de los más bellos y pintorescos del mundo. Actualmente es la mayor caverna del Estado, con nueve kilómetros mapeados, aunque su extensión total aún no fue calculada.

Por otro lado, la caverna Casa de Pedra posee un atractivo particular, el mayor pórtico de entrada de caverna del mundo, que alcanza una abertura total de 215 metros de altura.

Lejos de allí, en la ciudad de Itu, en el interior paulista, es posible realizar una visita a la sexta mayor caverna de granito del mundo, la Gruta de Itu, descubierta por investigadores en 2011.En el área investigada hasta ahora, con 1249 metros lineales, ya fueron encontradas más de 100 especies de animales.



66

67

64 O nome de Torrinha deve-se à pedra em arenito de formação geológica única, com 50 m de altura.
The name Torrinha [little tower] is due to the sandstone rock with single geological formation, with 50-m height.
El nombre de Torrinha se debe a la piedra de arenisca de formación geológica única, con 50 metros de altura.

65

65 Uma pequena trilha de 100 m nos leva para conferir a Cachoeira do Desterro, em Cunha.
A short trail of 100m takes us to see "Cachoeira do Desterro" a waterfall, in Cunha.
Un pequeño sendero de 100 metros nos lleva hacia la cascada "Cachoeira do Desterro", en Cunha.

Polo Cuesta

Tanto o más antiguas que las cavernas son las cuestas, escalones, formaciones rocosas típicas de México y que en Brasil encuentran exponentes en el Estado de São Paulo y en Ceará. Se trata de un acantilado con más de 500 km de extensión, con puntos altos que llegan a 900 metros de altura. En el pasado, el lugar fue un inmenso desierto de dunas. Según los geólogos, esas formaciones datan del período mesozoico, de entre 150 y 200 millones de años.

En 2001, los municipios de Anhembi, Areiópolis, Bofete, Botucatu, Conchas, Itatinga, Paranapanema, Pardinho, Pratânia e São Manuel se unieron para crear el Circuito Polo Cuesta, a fin de incentivar el turismo regional sustentable. En 2013, la ciudad de Avaré también paso a formar parte del circuito. Una de las ciudades más buscadas del Polo es Botucatu, donde es posible practicar actividades como trekking, escaladas, cicloturismo, cabalgatas y vuelos.En el período precolombino, la región era el paso de los Incas hacia el Océano Atlántico a través del Caminho de Peabiru, considerada la primera calle de Brasil.

Entre Botucatu y Bofete se encuentran dos grandes símbolos de Polo Cuesta: Las Três Pedras y el Gigante Adormecido, donde se pueden realizar paseos a pié y en bicicleta para conocer de cerca esas bellas formaciones y disfrutar del bello paisaje local. Otra sugerencia es la travesía Bofete-Pardinho, recorrido de 30,7 km que se realiza en bicicleta y pasa por los monumentos de la Cuesta. En Paranapanema, vale la pena participar de la famosa cabalgata Cavalgada da Padroeira Nossa Senhora do Bonsucesso, que se realiza en agosto y consiste en un recorrido de 15 km.★

66 A Mata Atlântica possuí 20% de seus remanescentes no Vale do Ribeira.
The Atlantic Forest has 20% of its remainings located in Vale do Ribeira.
El Vale do Ribeira representa el 20% de La Mata Atlántica existente.

67 Espaço Cultural Taquara-Póca, em Pratânia, foi baseado no imaginário do escritor Francisco Marins.
Cultural Space Taquara-Póca, in Pratânica, was based on writter Francisco Marins' imaginarium.
Espacio cultural Taquará-Póca, en Pratânia, se basó en el imaginario del escritor Francisco Marins.

68 *Exemplar da flora da Mata Atlântica.*
Exemplar of Atlantic Forest's flora.
Ejemplar de flora de la Mata Atlântica.

69 *Macacos nas proximidades da trilha da Cachoeira Itambé, em Cássia dos Coqueiros.*
Monkeysin the proximities of "Cachoeira Itambé" trail, in Cássia dos Coqueiros.
Monos en las proximidades del sendero Cachoeira Itambé, en Cassia dos Coqueiros.

71 *Ipê Amarelo abre suas flores, em São Pedro.*
Yellow tabebuia flowers blossom, in São Pedro.
Ipê Amarelo abre sus flores, en São Pedro.

70 *Borboleta repousa em uma folha no PETAR, em Iporanga.*
Butterfly rests on a leaf in PETAR, in Iporanga.
Mariposa reposa en una hoja en PETAR, Iporanga.

72 *Orquídeas florescem na cidade de São Pedro.*
Orchids blossom in the city of São Pedro.
Orquídeas florecen en la ciudad de São Pedro.

73 *Iguana registrada no PETAR - Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira.*
Iguana registered in PETAR - Alto Ribeira Tourist State Park.
Iguana registrada en PETAR - Parque Estadual Turístico do Alto Ribeira.

74 *O mirante para Cachoeira Itambé, em Mococa, oferece momentos inesquecíveis em meio à fauna e flora.*
Observation deck at "Cachoeira do Itambé" waterfall in Mococa, provides unforgettable moments amongst fauna and flora.
El mirador hacia Cachoeira Itambé, en Mococa, ofrece momentos inolvidables en medio de la fauna y flora.

75 *As flores perfumam e encantam os turistas de São Pedro.*
The flowers perfum and captivate tourists in São Pedro.
Las flores perfuman y encantan a los turistas de São Pedro.

76 *Pássaros de diversas espécies são marca registrada da Mata Atlântica.*
Birds of several species are a trademark of Atlantic Forest.
Pájaros de diversas especies son marca registrada de la Mata Atlântica.

77 *Flor de maracujá no município paulista de São Pedro.*
Passion fruit's flower in the Paulista municipality of São Pedro.
Flor de maracuyá en el municipio paulista de São Pedro.

Opções para todos os gostos

Um belo dia de sol e calor pede uma praia para se refrescar. Se houver um cantinho para sentar, se bronzear, conversar, admirar a paisagem ou até mesmo praticar exercícios físicos, melhor ainda. Nesse quesito, São Paulo é um verdadeiro paraíso. Praias de água salgada no litoral e de água doce no interior garantem momentos de muito divertimento para moradores e visitantes.

Com 622 km de extensão, o litoral paulista conta com ilhas, ilhotas e lajes. Divide-se entre litoral norte e sul, ambos banhados pelo Oceano Atlântico. Em meio à bela combinação entre mar e Mata Atlântica, uma das maiores biodiversidades do planeta, há opções para todos os gostos, de praias calmas, pequeninas e até selvagens às de grande extensão e muito desenvolvidas. São tantas possibilidades que uma só viagem não será suficiente. As praias mais próximas da capital ficam no litoral sul, cujo acesso é pela rodovia Imigrantes, uma das mais modernas do Estado, ou pela rodovia Anchieta, que oferece belas paisagens da Serra do Mar. Os municípios litorâneos são marcados pela grande infraestrutura turística, praias planas, extensas e que recebem muitos turistas durante o ano todo, mais ainda na alta temporada. Mas não se engane: esse cenário urbano também é pontuado por santuários ecológicos e mata tropical nativa.

A cidade de Santos é um dos principais pontos de entrada de turistas no País, já que abriga o maior porto da América Latina. Possui um grande jardim de frente para o mar, o maior do mundo

3 *Cama de Anchieta, formação rochosa a beira mar em Itanhaém.*
"Cama de Anchieta" (Anchieta´s bed) a rocky formation located by the sea in Itanhaém.
Cama de Anchieta, formación rocosa en la costa en Itanhaém.

1 *A Praia de Guaecá é uma das praias preferidas pelo moradores de São Sebastião e muito frequentada no verão, principalmente por quem pratica surfe.*
Guaecá Beach is one of the favorites among São Sebastião residents, and it is a very busy beach during the summer, especially by surfers.
La playa de Guaecá es una de las preferidas por los moradores de São Sebastião y es muy frecuentada principalmente por quienes practican surf.

2 *Vista aérea da Ilha Porchat, na cidade litorânea de São Vicente.*
Aerial view of Porchat Island, in the coastal city of São Vicente.
Vista aérea de Ilha Porchat, en la ciudad litoraleña de São Vicente.

4 *Praia em Ilhabela, litoral norte do Estado de São Paulo.*
Beach in Ilhabela, north coast of São Paulo State.
Playa en Ilhabela, en el litoral norte del Estado de São Paulo

5 *A praia de Martim de Sá, em Caraguatatuba, oferece diversas opções de lazer para o público jovem.*
Border of the city of Santos and its garden area during the day.
Costanera de la ciudad de Santos y su área de jardines durante el día.

6 *Praia em Monguaguá*
Beach in Monguaguá.
Playa en Monguaguá.

7 *Passeio de carro à vela na Praia Mar e Luz em Ilha Comprida.*
Aerial view of the isolated Sangava Beach, in Guarujá.
Vista aérea de la solitaria Praia do Sangava, en Guarujá.

em comprimento, perfeito para caminhadas. Na vizinha São Vicente, a sugestão é a praia de Itararé, boa para a prática do surfe. Em Santos, é possível pegar a balsa e atravessar para o Guarujá, cidade conhecida nos anos 70 como a "Pérola do Atlântico". Há praias badaladas, como Astúrias, Pitangueiras e Pernambuco, outras boas para o surfe, como o Tombo, ou ainda praias desertas, como a do Éden.

A mais visitada do litoral sul é a Praia Grande, que recebe, em média, 1,4 milhão de turistas na alta temporada. Mongaguá, Itanhaém e Peruíbe também são muito procuradas. Nesta última, destaque para a Estação Ecológica Jureia-Itatins, com praias paradisíacas cercadas de vegetação primária. E por falar em cenários ecológicos, Cananéia é uma opção imperdível para quem gosta de praia com contato maior com a natureza. A cidade abriga um dos maiores berçários de vida marinha do planeta. É imprescindível fazer uma visita à Ilha do Cardoso, transformada em Parque Estadual na década de 60, e às dunas da Ilha Comprida.

Já no litoral norte, com interessantes preciosidades do Estado, há 180 praias divididas entre quatro municípios – Caraguatatuba, Ilhabela, São Sebastião e Ubatuba, com uma geografia bem diferente da porção sul. Trata-se um litoral bem mais acidentado, compondo, na maioria das vezes, pequenas baías rodeadas de morros cobertos de Mata Atlântica. Há 20 anos o turismo na região tem se intensificado, mas muitas praias ainda preservam o cenário bucólico original. Algumas praias são completamente desertas. Muitas delas são de mar calmo, verdadeiras piscinas naturais, outras proporcionam uma das melhores opções do País para a prática de surfe. Destaque para a variedade e sofisticação da rede hoteleira e gastronômica da região.

Em São Sebastião, algumas praias já ganharam projeção internacional, como Juquehy, Baleia, Cambury e Maresias. São praias badaladas, areia branca e fofa, e um dos incríveis pores do sol do Brasil. E se você se cansar do continente, a sugestão é passear pelas ilhas bem próximas dali. Da orla de São Sebastião é possível avistar Ilhabela, com 347 km² de área (83% protegida pelo Parque Estadual). Uma balsa faz o transporte de veículos e passageiros. Uma parte da ilha apresenta praias de águas calmas, mas com muito vento, o que a torna a capital nacional dos esportes a vela. O outro lado da ilha é composto de beleza

8 *Surfista pega onda na Praia do Tombo, no Guarujá.*
Surfer catching a wave at Tombo Beach, in Guarujá.
Un Surfer disfrutando de una ola en Praia do Tombo, en Guarujá.

9 *A Praia Grande, município do litoral paulista, chega a receber 1 milhão de turistas na alta temporada.*
Praia Grande, a costal municipality in São Paulo, welcomes as many as 1 million tourists during the peak season.
Praia Grande, municipio del litoral paulista llega a recibir 1 millón de turistas en temporada alta.

10 *O Rio Ribeira do Iguape nasce no Estado do Paraná após 450 km deságua no Oceano Atlântico no município de Iguape, propício à pesca e à canoagem.*
Neptune Statue, the Roman God of the sea and waters, is one of the main attractions in Praia Grande.
Estatua de Neptuno, dios romano del mar y de las aguas, es una de las principales marcas de Praia Grande.

estonteante, com praias boas para o surfe e habitadas por comunidades de pescadores, como Bonete e Castelhanos. A região também é propícia para o mergulho, já que conta com mais de 100 naufrágios, entre eles o do Príncipe de Astúrias, de 1916, conhecido como o "Titanic brasileiro".

Seguindo pela Rodovia Rio-Santos, chega-se à Caraguatatuba, onde a maioria das praias é urbanizada, contando com diversas opções de alimentação, hospedagem e entretenimento. Cerca de uma hora dali, encontra-se Ubatuba, o último município do litoral paulista. São 75 praias, muitas delas intocadas, principalmente as da região norte do município. Destaque para Picinguaba e Prumirim, praias mais desertas e intocadas.

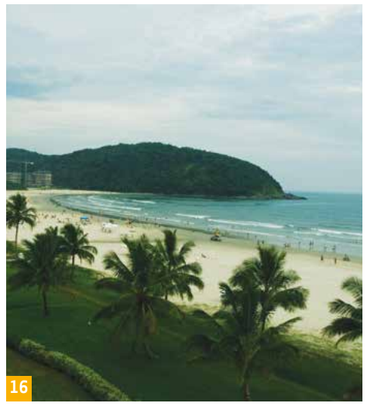
Praias de água doce? Sim, para quem está muito longe do litoral, a grande sugestão são as praias fluviais do interior do Estado. Estão inseridas num cenário rural/praiano de beleza convidativa e ideal para a prática de pesca e esportes náuticos, como wakeboard. Na região de Bauru, muitas cidadezinhas já incorporaram esse tipo de lazer à beira do Rio Tietê (bem limpo nesse trecho), como Arealva, Iacanga e Sabino. Igaraçu do Tietê chega a receber três mil visitantes no verão. O surgimento desse tipo de turismo tem impulsionado o desenvolvimento de uma infraestrutura para bem receber os visitantes. Umas das cidades que mais aproveita essa tendência é Araçatuba. Também às margens do Tietê, sua praia oferece ranchos para locação, pousadas e até resorts. A praia de Miguelópolis, banhada pelo Rio Grande, é uma das mais cristalinas e conta até com um calçadão em sua margem. Rancharia, Rosana, Adolfo, Itapura, Cardoso, Rifaina e Aguaí também são boas opções para se refrescar e relaxar.★

11 *Peixe em meio a corais, no litoral norte de São Paulo, local muito procurado para mergulho.*
Fish amongst corals in São Paulo north coast, a very popular place for diving.
Pez entre los corales, en el litoral norte de São Paulo, destino muy buscado para bucear.

12 *Forte de São João, em Bertioga.*
Landscape of Pedra do Sino beach, in Ilhabela.
Paisaje de playa en Pedra do Sino, en Ilhabela.

13 *Por do sol, na região de Ilhabela.*
Sunset, in the region of Ilhabela.
Puesta de sol en la región de Ilhabela.

14 *As ondas da praia de Itamambuca, em Ubatuba, atraem praticantes de surfe dos mais diversos lugares.*
The waves of Itamambuca beach, in Ubatuba, draw surfers from several places.
Las olas de la playa de Itamambuca, en Ubatuba, atraen amantes del surf de diversos lugares.



15 *Parque Estadual Núcleo do Perequê, em Cananéia.*
Leisure moments with sailing ships in Ilhabela.
Momentos de ocio de los veleros en Ilhabela.

16 *Com 4,8 km, a Riviera de São Lourenco é frequentada por famílias com crianças pequenas e jovens que procuram agito.*
With 4,8km, Riviera de São Lourenço is visited by families with small children and youngsters looking for fun.
Con 48 km, la Riviera de São Lourenco es frecuentada por familias con niños pequeños y jóvenes que buscan movimiento.

17 *Competição de vela, em Ilhabela*
Sailing Competition in Ilhabela
Competencia de vela, en Ilhabela.

Options for every taste

A nice sunny and warm day asks for a beach to refresh. It is even better if this beach has somewhere to sit, get a tan, talk, admiring the landscape or even practice some physical exercises. Regarding this topic, São Paulo is a real paradise. Salt water beaches on the coast, and fresh water beaches in the countryside provides moments of great fun for residents and visitors.

With 622 km of extension, Paulista coast has islands, islets, and flagstones. It is divided into north and south coast, both of them are bounded by the Atlantic Ocean. Amongst the beautiful combination between ocean and Atlantic Forest, one of the largest biodiversities of the planet, there are options for every taste, from calm, tiny beaches to wild, extensive, and well-developed beaches. There are so many possibilities that a single trip won't be enough. The beaches that are closest to the capital are located in the south coast, which can be accessed by Imigrantes road, one of the most modern roads in the State, or by Anchienta road, which exhibits the beautiful landscapes of Serra do Mar. Coast municipalities are marked with a great tourism infrastructure, flat and vast beaches receiving many tourists all year, even more during the peak season. But don't be fooled: this urban scene is also punctuated with ecological sanctuaries and nativetropical forest.

The city of Santos is one of the main entrance spots for tourists in Brazil, as it houses the largest port in Latin America. It has a great garden right in front of the ocean, the largest one in length in the world, perfect for walking. In the neighbor city of São Vicente, we suggest Itararé Beach, good for surf practice. In Santos, it is possible to get the ferryboat and cross to Guarujá, the city known in the 70's as "The Pearl of the Atlantic". There are popular beaches such as Astúrias, Pitangueiras, and Pernambuco, other good for surfing, such as Tombo, or desert beaches, such as Éden.known in the '70s as the "Pearl of the Atlantic". There are beaches chimes as Asturias, Pitangueiras and Pernambuco, or great for surfing, as Tombo or the deserted beach of Eden.

18 *A Ponte Pênsil, em São Vicente, foi inaugurada em 1914, tendo sido a primeira do gênero a ser construída no Brasil.*
Pedra do Sino, in Ilhabela, has this name because of a legend that tells about a pirate's invasion of the village.
Pedra do Sino, en Ilhabela, debe su nombre a una leyenda sobre una invasión de piratas en la villa.

19 *Praia Boqueirão do Sul, em Ilha Comprida*
Beach and fishing boat, in Indaiatuba.
Playa y embarcación de pescador, en Indaiauba.

20 *As praias de Ubatuba são muito procuradas na alta-temporada por suas belezas naturais.*
Ubatuba's beaches are very popular during the peak seasons for their natural beauties.
Las playas de Ubatuba son muy buscadas en temporada alta por sus bellezas naturales.

21 *A Praia da Juréia é pequena e reservada, mas oferece um visual exuberante, seja pela beleza do mar, seja pelo belo entorno da Mata Atlântica.*
Feiticeira beach, in the south part of Ilhabela, is a beach for those looking for tranquility or those who like kitesurf and diving.
Praia de la Feiticeira, en la parte sur de Ilhabela, es para quienes buscan tranquilidad o gustan del kitesurf o buceo.

The most popular beach in south coast is Praia Grande, receiving approximately 1.4 million tourists during the peak season. Mongaguá, Itanhaém, and Peruíbe are also very popular. In the later, we can highlight the Ecological Station Jureia-Itatins, with paradise beaches surrounded by primary vegetation. Speaking of ecological landscapes, Cananéia is a not-to-be-missed option for those who enjoy beaches with more contact with the nature. The city houses one of the largest nureseries of marine life in the planet. It is essential to visit Ilha do Cardoso, transformed in State Park in the 60's, and Ilha Comprida's dunes.

In north coast, with interesting preciousness of the State, there are 180 beaches split into four municipalities - Caraguatatuba, Ilhabela, São Sebastião, and Ubatuba, with a geography which is very different from the southern part. This is a more rugged coast, most of the time composed by small bays surrounded by hills covered with Atlantic Forest. The tourism in the region has grown over the last 20 years, however, the beaches still preserve the original bucolic scenario. Some beaches are completely desert. In most of them, the sea is calm, with true natural pools, others provide one of the best options in the Country for surfing. We can highlight the variety and sophistication of the hotel and gastronomic chain of the region.

In São Sebastião, some beaches are already becoming known internationally, such as Juquehy, Baleia, Cambury, and Maresias. These are popular beaches, with white and fluffy sand, and they have one of the most beautiful sunsets in Brazil. And in case you get tired of the continent, we suggest you to go visit close islands. From São Sebastião border, it is possible to see Ilhabela, with an area of 347 km2 (83% of them proteced by State Park). A ferryboat transports both vehicles and passengers. In one part of the island, you can see beaches with calm waters, but very windy, making them the national capital of sailing sports. The other side of the island displays astonishing beauty, with beaches good for surfing and inhabited by fishers, such as Bonete and Castelhanos. This region is also good for diving, as you can find over 100 shipwrecks under its water, such as Príncipe das Astúrias, in 1916, known as the "Brazilian Titanic".

Going through Rio-Santos Road, we get to Caraguatatuba, where most of the beaches are built up, with several options of food, accomodation, and entertainment. About one hour distant from Caraguatatuba, there is Ubatuba, the last municipality in São Paulo coast. There are 75 beaches, many of them untouched, especially those located in the northen part of the city; with focus on Piracinguaba and Prumirim, the most desert and untouched beaches.

Fresh water beaches? Yes, for those who are too far from the coast, the greatest suggestion are river beaches in the countryside. They are inside a rural / beachy scenario with an inviting beauty and ideal for fishing and water sports, such as wakeboard. In Bauru region, many towns have already incorporated this kind of leisure by Tietê river (very clean in this place), such as Arealva, Iacanga, and Sabino. Igaraçu do Tietê receive as many as three thousand visitors in the summer. The emergence of this kind of tourism has been stimulating the development of an infrastructure to better welcome visitors. One of the cities that most takes advantage of this trend is Araçatuba. Also located by the margins of Tietê, its beach offers ranchs for location, lodgings, and even resorts. Miguelópolis beach, bordered by Grande River, is one of the most crystalline beaches and it also has a promenade along its margin. Rancharia, Adolfo, Itapura, Cardoso, Rifaina, and Aguaí are also good options to relax and get refreshed.★

Opciones para todos los gustos

Un bello día de sol y calor pide una playa para refrescarse. Si además hay un rincón para sentarse, conversar, broncearse, admirar el paisaje y hasta practicar ejercicios físicos, mejor aún. En estas cuestiones, São Paulo es un verdadero paraíso. Playas de agua salada en el litoral y de agua dulce en el interior garantizan momentos de diversión para moradores y visitantes.

Con 662 km de extensión, el litoral paulista cuenta con islas, islotes y lajes (islas de piedra). Se divide entre litoral norte y sur, ambos bañados por el Océano Atlántico. En el medio, la bella combinación entre mar y Mata Atlántica, uno de los mayores exponentes de biodiversidad del planeta, hay opciones para todos los gustos, de playas calmas, pequeñas y hasta salvajes de gran extensión y muy desarrolladas. Son tantas posibilidades que un solo viaje no será suficiente. Las playas más cercanas a la capital se encuentran en el litoral sur, a las que accede por la ruta Imigrantes, una de las más modernas del Estado, o por la ruta Anchieta, que ofrece hermosos paisajes de la Serra do Mar. Los municipios litoraleños son marcados por la gran infraestructura turística, playas llanas y extensas que reciben muchos turistas durante todo el año, y más aún en temporada alta. Pero ese escenario urbano también se destaca por santuarios ecológicos y selva nativa tropical.

La ciudad de Santos es uno de los principales puntos de entrada de turistas en el país, ya que alberga el mayor puerto de América Latina. Posee un gran jardín frente al mar, el mayor del mundo, perfecto para caminatas. En la vecina São Vicente, el consejo es visitar la playa de Itararé, ideal para la práctica de surf. En Santos, se puede tomar la balsa y cruzar a Guarujá, ciudad conocida en los años 70 como la Perla del Atlántico. Tiene playas conocidas como Astúrias, Pitangueiras y Pernambuco, otras buenas para practicar surf como Tombo y también playas desiertas como Edén.

La más visitada del litoral sur es Praia Grande, que recibe en promedio 1,4 (uno punto cuatro) millones de turistas en temporada alta. Monganguá, Itanhaém e Peruíbe también son muy buscadas. En esta última, se destaca la Estação Ecológica Jureia-Itatins, con playas paradisíacas rodeadas de vegetación primaria. Y, hablando de escenarios ecológicos, Cananéia es una opción imperdible para quien gusta de playas en contacto mayor con la naturaleza. La ciudad alberga uno de los mayores santuarios de vida marina del planeta. Es imprescindible hacer una visita a la isla Cardoso, transformada en Parque Estadual en la década de los 60, y las dunas de Ilha Comprida.

Ya en el litoral norte, hay 180 playas divididas entre cuatro municipios: Caraguatatuba, Ilhabela, São Sebastião e Ubatuba, con una geografía bien diferente a la de la porción sur. Se trata de un litoral másbien accidentado, compuesto mayormente por pequeñas bahias rodeadas de morros cubiertos de Mata Atlántica. Desde hace 20 años, el turismo en la región se ha intensificado, pero muchas playas aún conservan el escenario bucólico original. Algunas playas son completamente desérticas, muchas de ellas de mar calmo, verdaderas piscinas naturales. Otras proporcionanuna de las mejores opciones del país para la práctica de surf. Se destaca también, la variedad y sofisticación de la red hotelera y gastronómica de la región.

En São Sebastião, algunas playas ya ganaron protección internacional, como Juquehy, Baleia, Cambury e Maresias. Son playas con arena blanca y fina, una de las más increíbles puestas de sol de Brasil. Y si usted se cansa del continente, lo mejor es pasear por las islas cercanas. De la costanera de São Sebastião es posible observar Ilhabela, con 347 km2 de área (83% protegida por el Parque Estadual). Una balsa es el transporte de vehículos y pasajeros. Una parte de la isla presenta playas de aguas calmas pero con mucho viento, lo que la convierte en la capital nacional de los deportes a vela. El otro lado de la isla es de una belleza impresionante, con playas ideales para surf y habitadas por comunidades de pescadores, como Bonete y Castelhanos. La región también es propicia para el buceo, ya que cuenta con más de 100 naufragios, entre ellos el del Príncipe de Asturias, de 1916, conocido como el "Titanic brasileño".

Siguiendo por la ruta Río-Santos, se llega a Caraguatatuba, donde la mayoría de las playas está urbanizada, contando con variadas opciones gastronómicas, de hospedaje y entretenimiento. Casi a una hora de allí, se encuentra Ubatuba, el último municipio del litoral paulista. Son 75 playas, muchas de ellas intactas, principalmente las de la región norte del municipio. Siendo las más destacadas por ser desiertas e intactas, Picinguaba y Prumirim.

¿Playas de agua dulce? Sí, para quien está muy lejos del litoral, la gran sugerencia son las playas fluviales del interior del estado. Están insertas en un escenario rural/playero de belleza que invita y son ideales para la pesca y la práctica de deportes náuticos, como wakeboard. En la región de Bauru, muchas pequeñas ciudades ya incorporaron estas actividades en el río Tietê (bien limpio en ese tramo), como Árealva , Iacanga y Sabino. Igaraçu do Tietê llega a recibir tres mil visitantes en el verano. El surgimiento de este tipo de turismo ha impulsado el desenvolvimiento de infraestructura para recibir bien a los visitantes. Una de las ciudades que más aprovecha esa tendencia es Araçatuba. También en las márgenes de Tietê, sus playas ofrecen cabañas para alquiler, posadas y hasta Resorts. La playa de Miguelópolis, bañada por el Río Grande, es una de las más cristalinas y cuenta hasta con un paseo en su margen. Rancharia,Rosana, Adolfo, Itapura, Cardoso, Rifaina y Aguaí también son buenas opciones para refrescarse y relajarse.★

22 *Praia fluvial de Pereira Barreto, no rio Tietê: a água é limpa e o cenário encantador.*
River beach of Pereira Barreto, in Tietê river: the water is clean and the landscape is delightful.
Playa fluvial de Pereira Barreto, en el río Tietê: el agua es limpia y el escenario encantador.

23 *Praia de Castelhanos, no leste de Ilhabela, tem extensão de 1500 m e é habitada por 25 famílias caiçaras.*
Castelhanos beach, in the East side of Ilhabela, has 1500m of extension and is inhabited by 25 caiçara families.
Playa de Castelhanos, al este de Ilhabela, tiene extensión de 1500 metros y es habitada por 25 familias caiçaras.

24 *A cidade de Caraguatatuba é a porta de entrada para o Litoral Norte Paulista, estando a apenas 182 Km da capital.*
Vermelha do Norte beach in Ubatuba is sought to provide excellent waves for surfing and bodyboarding.
Playa Vermelha do Norte, en Ubatuba es buscada por oferecer excelentes olas para surf y bodyboard.

25 *Praia do Félix, em Ubatuba, tem no canto esquerdo grandes ondas para o surfe e é ótima para mergulho no canto direito*
On the left end of Félix beach, in Ubatuba, there are big waves for surfing and the right end it is great for diving.
Playa de Félix, en Ubatuba, tiene en su margen izquierdo grandes olas para práctica de surf y es óptima para buceo en el margen derecho.

26 *A estátua Mulheres de Areia, esculpida por Serafim Gonzalez, em Itanhaém*
Vermelha do Norte beach, in Ubatuba, is on the side of BR 101 Road.
Playa Vermelha do Norte, en Ubatuba, queda a la vera de la ruta BR 101.

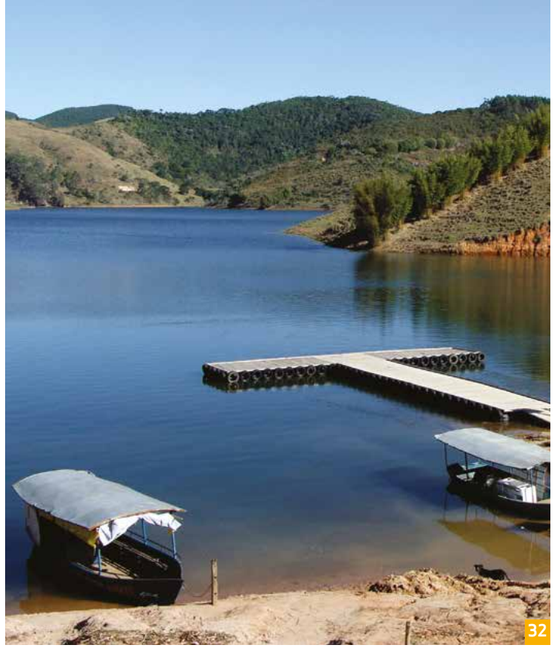
27 *Ruínas do Abarebebê, resquícios de uma das primeiras igrejas construídas pelos jesuítas no Brasil.*
Barra do Sahy beach, in São Sebastião, is small, private, and has a flaring view.
Playa de Barra do Sahy, en São Sebastião, es pequeña, reservada y con vistas deslumbrantes.

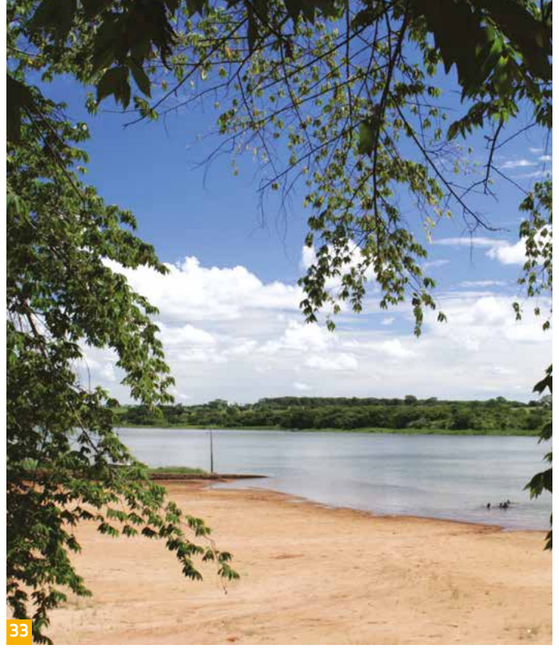
28 *Praia do Engenho, em São Sebastião, é um verdadeiro paraíso, ideal para quem busca encontrar paz e tranquilidade.*
Engenho beach, in São Sebastião, is a true paradise, ideal for those looking for peace and tranquility.
Playa de Engenho, en São Sebastião, es un verdadero paraíso, ideal para quien busca paz y tranquilidad.

29 *Praia fluvial de Pereira Barreto, no Rio Tietê, é ponto de referência da cidade.*
River beach in Pereira Barreto, in Tietê River, is a point of reference in the city.
Playa fluvial de Pereira Barreto, en el río Tietê, es punto de referencia de la ciudad.

30 *Na região de Adolfo há vários condomínios e clubes náuticos com ótima estrutura.*
In the region of Adolfo, there are several condominiums and sailing clubs with great structure.
En la región de Adolfo hay varios condominios y clubes náuticos con óptima estructura.

31 *Praia Fluvial de Presidente Epitácio, à beira do rio Paraná, lembra o mar devido ao grande volume de água.*
The River Beach of Presidente Epitácio, on the side of Paraná river, reminds us the sea because of the large volume of water.
Playa fluvial de Presidente Epitácio, en la ribera del río Paraná, parece el mar por su gran volumen de agua.





32 *Prainha de Natividade da Serra é boa opção para a prática de esportes náuticos, pescaria ou para relaxar com a família.*
Natividade da Serra beach is a good option for practicing water sports, fishing, or just relaxing with family.
Playa de Natividade da Serra es buena opción para la práctica de deportes náuticos, pesca o para relajarse en familia.

33 *Praia Fluvial de Mesópolis foi construída à beira de um braço do Rio Grande.*
River Beach of Mesópolis was built on the side of a channel of Grande River.
Playa fluvial de Mesópolis fue construida en la ribera de un brazo del Río Grande.

34 *Praia do Sol, em Rubineia, uma das mais frequentadas da região, é bem arborizada e tem área para camping.*
Sol beach, in Rubinéia, one of the most popular in the region, is greatly forested and it has an area for camping.
Playa de Sol, en Rubineia, una de las más frecuentadas de la región, tiene buena arboleda y zona para camping.

O prazer da vida simples

A atmosfera bucólica está presente na vida simples de moradores de sítios e fazendas, marcada pelo contato com a terra, com os animais e pelo cultivo dos laços familiares. Os visitantes que optam pelo turismo rural experimentam um estilo de vida completamente diferente das grandes cidades, daí o sucesso e a procura cada vez maior pelo segmento.

O turismo rural paulista é um dos maiores do País, com mais de 800 propriedades à disposição. A grande quantidade e variedade de fazendas produtoras enriquecem os roteiros. Há circuitos já estruturados no Estado, como o das frutas, o do café, as fazendas históricas, entre outros. Entre as atividades, passeios a cavalo, conhecimento do modo de produção rural, degustação de comidas típicas e até participação em rodas de viola. Perfeito para relaxar, aprender e se divertir com a encantadora cultura caipira.

Não é preciso ir muito longe da capital para sentir o gostinho do campo. Em Cotia, a apenas 33 km da cidade de São Paulo, há ótimos roteiros para fazer com as crianças, como visitas a pequenas fazendas e a sítios rurais que datam da época dos bandeirantes, como o Sítio do Mandú e o Sítio do Padre Ignácio. Próximo dali fica o município de São Roque, que se destaca principalmente pelo Roteiro do Vinho.

1 *Vista do Morro do Cuscuzeiro, em Analândia, que possui mais de cinquenta vias de escalada.*
View of "Morro do Cuscuzeiro" a hill, in Analândia, which has over fifty ways destined to climbing.
Vista del Morro do Cuscuzeiro, en Analândia, que posee más de 50 vías de escalada.

2 *A Fazenda Santa Maria Monjolinho, em São Carlos, é um dos marcos da a história do Café no Brasil.*
View of "Morro do Cuscuzeiro" a hill, in Analândia, which has over fifty ways destined to climbing.
Vista del Morro do Cuscuzeiro, en Analândia, que posee más de 50 vías de escalada.

3 *Represa do Broa, em Itirapina, atrai pescadores para o local. O pôr do sol é de maravilhar qualquer um.*
Broa Dam, in Itirapina, draws fishers to this place. The sunset is breathtaking.
Represa da Broa en Itirapina, atrae pescadores. Su puesta de sol maravilla a cualquiera.

4 *Paisagem na região de São Bento do Sapucaí.*
Landscape in the region of São Bento do Sapucaí
Paisaje en la región de São Bento do Sapucaí.

5 *Araucária e flores, na Serra da Mantiqueira.*
Araucaria and flowers, in Serra da Mantiqueira.
Araucaria y flores en la Serra da Mantiqueira.

A 101 km da cidade de São Paulo, em Itu, o visitante pode conhecer fazendas históricas de cana-de-açúcar e café, como a Fazenda Capoava, de 1750, construída em taipa de pilão, no estilo conhecido como bandeirista.

Na região de Jundiaí, há o Circuito das Frutas, do qual fazem parte os municípios de Atibaia, Indaiatuba, Itatiba, Itupeva, Jarinu, Jundiaí, Louveira, Morungaba, Valinhos e Vinhedo. Além de visitas degustativas nas plantações de frutas típicas da região, há festas tradicionais, como a da Uva, em Jundiaí e Vinhedo, e a do Morango, em Atibaia. Também é possível conhecer fazendas históricas, alambiques e apiários em Itupeva. O visitante conta com muitas opções de hospedagem em hotéis fazenda por toda a região, geralmente muito bem estruturados e com grandes áreas de lazer.

Outra opção de turismo rural é o Circuito Mantiqueira, localizado na Serra da Mantiqueira, que no caminho conta com o orquidário de Guararema, um dos mais bonitos do Brasil.

6 *Um dos principais símbolos das fazendas históricas, os fogões a lenha remetem a antiga arte de cozinhar.*
One of the main symbols of historical farms, the wood-burning kitchen stoves, refer to the ancient art of cooking.
Uno de los principales símbolos de las haciendas históricas: los fogones a leña remiten al antiguo arte de cocinar.

7 *Canal em Ilha Comprida.*
Chanel in Ilha Comprida
Canal en Ilha Comprida

Municípios como São José dos Campos, Santo Antônio do Pinhal, Campos do Jordão e São Bento do Sapucaí integram o Circuito Mantiqueira, com diversas possibilidades de vivência do mundo rural através de atividades como cavalgadas, visitas a pequenos produtores e a centros de artesanato, gastronomia típica e pesca. Aproveite para participar das famosas rodas de viola no pequeno e charmoso distrito de São Francisco Xavier. A Fazenda Renópolis, em Santo Antônio do Pinhal, oferece o Chá Colonial, com opções regionais como geleias e doces artesanais.

A 180 km da capital, em Águas de Lindóia, o Sítio Monte Alegre oferece trilhas ecológicas com árvores raras, como a Perobeira, e belíssimas paisagens. Próximos dali, os municípios de Serra Negra e Socorro também chamam a atenção. No primeiro, há diversas propriedades rurais abertas à visitação, dispostas a mostrar seus processos de fabricação artesanal de queijos, iogurtes, vinhos, destilados, derivados da cana-de-açúcar como rapadura e melado, plantações

orgânicas e de café. Para os mais ousados, a dica imperdível é a cavalgada da lua cheia. Os participantes sobem a uma altura de 1300 m, de onde é possível avistar, sob a luz da lua, mais de 20 cidades da região.

Em Socorro, propriedades rurais podem ser visitadas e oferecem belos passeios no campo, além de um delicioso café caipira.

Capital nacional do cavalo, Jaguariúna não pode passar despercebida, pois conta com diversas atividades equestres. No mês de maio, recebe o Jaguariúna Rodeio Festival, e durante todo o ano recebe visitantes em suas antigas propriedades rurais do período cafeeiro e para o famoso passeio de Maria Fumaça. Brotas, apesar da forte vocação para o ecoturismo, também conta com ótimos passeios em propriedades rurais cafeeiras.

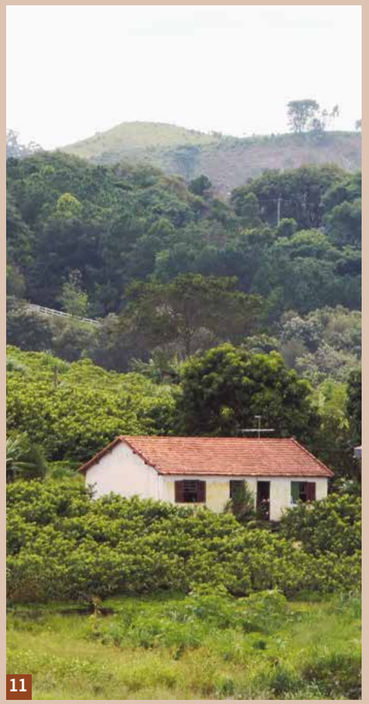
No interior mais distante, em Araçatuba e Andradina, pode-se passear por grandes fazendas de gado e de cultivo de cana-de-açúcar. Em Lins, há roteiros rurais com direito a comidas típicas. Na região de Ribeirão Preto, maior centro produtor de álcool e açúcar do País, o turismo rural também recebe grande incentivo, com diversas propriedades de portas abertas para os visitantes.

Outra boa opção para essas experiências no campo é o Circuito do Vale Histórico, já quase na divisa com Rio de Janeiro, entre os municípios de São José do Barreiro, Bananal e Areias, região famosa por suas fazendas históricas do período dos grandes barões de café. Vale a visita à Fazenda Boa Vista, palco de filmagem de algumas novelas nacionais, e a Fazenda dos Coqueiros.★

8 *Festa do Peão de Boiadeiro de Barretos, que concentra a competição de rodeio mais importante da América Latina.*
Barreto's Rodeo Festival hosts the most important rodeo competion in Latin America.
Fiesta de Peão de Boiadeiro de Barretos, que concentra la competición de rodeo más importante de América Latina.

9 *Moinho Povos Unidos, em Holambra, com 38,5 m de altura, representa fielmente os tradicionais moinhos holandeses.*
Povos Unidos Mill, in Holambra, with 38.5m of height, faithfully represents the traditional Dutch mills.
Molino Povos Unidos, en Halambra, con 38,5 metros de altura, representa fielmente los tradicionales molinos holandeses.

10 *Fazenda Santa Maria do Monjolinho, em São Carlos, marca a história do período do café no Brasil.*
Santa Maria do Monjolinho Farm, in São Carlos, is an icon of coffee period in Brazil.
Fazenda Santa Maria do Monjolinho, en São Carlos , marca la historia del período de café en Brasil.



11 *Paisagem do planalto verde em Itupeva, no interior do Estado.*
Green plateau landscape in Itupeva, in the State countryside.
Paisaje de altiplano verde en Itupeva, en el interior del estado.

12 *Fazenda Santa Gertrudes, na cidade de mesmo nome, tem estilo francês, que remete aos tempos áureos do café.*
Santa Gertrudes Farm, in the city with the same name, has French style, which refers to coffee golden period.
Fazenda Santa Gertrudes, en la ciudad del mismo nombre, tiene estilo francés, que se refiere al café período de oro.

13 *A Fazenda Maristela, em Tremembé, produzia café, se tornou um mosteiro em 1904 e hoje é uma pousada.*
Maristela Farm, in Tremembé, used to produce coffee and became a monastery in 1904, and today is a lodging.
Fazenda Maristela, en Tremembé, producía café, se convirtió en un monasterio en 1904 y hoy es una posada.

The pleasure of a simple life

The bucolic ambience is present in the simple life of those living in farms and ranches, marked by the contact with the earth, animals, and cultivation of family bonds. Visitors who decide for rural tourism experience a life style that is completely different from that in big cities, this is what makes rural tourism a success drawing more and more tourists.

Rural tourism in São Paulo is one of the largest in Brazil, with more than 800 properties available for visitation. The great amount and variety of producing farms enrich the itinerary. There are circuits that are already structured in the State, such as fruit, coffee, historical farms circuits, among others. Among the activities, "Horseback ridings", "Understanding the rural production", "Tasting typical food", and even "Participating of 'rodas de viola'. Perfect to relax, learn and have a good time with the enchanting 'caipira' (red neck) culture.

You don't have to go very far from the capital to have a taste of country life. In Cotia, only 33 km from São Paulo city, there are great routes to parents and children, such as visits to small farms and rural ranches dated from pioneers time, such as "Sítio do Mandú" and "Sítio do Padre Ignácio". The municipality of São Roque is located near Cotia, and it is famous for being part of the Wine Route.

Distant 101 km from São Paulo city, in Itu, the visitor can visit the historical sugar cane farms, like Capoava Farm dated 1750, built by "Pilão de Taipa" (rammed earth), in a style known as "Bandeirista".

In the region of Jundiaí, the Circuit of Fruit, which comprise municipalities of Atibaia, Indaiatuba, Itatiba, Itupeva, Jarinu, Jundiaí, Louveira, Morungaba, Valinhos, and Vinhedo. Besides tasting visits to typical fruit plantations, there are traditional festivals, such as Grape Festival, in Jundiaí and Vinhedo, and Strawberry Festival, in Atibaia. It is also possible to visit

historical farms, alembics, and apiaries in Itupeva. The visitor has many accomodation options in farm-hotels throughout this region, which generally have good structure and with large leisure areas.

14 Clube de Campo em Pirajuí abriga diversos eventos durante o ano, como a Festa da Primavera.
Country Club in Pirajuí hosts several events during the year, such as Spring Festival.
Club de campo en Pirajuí, alberga diversos eventos durante el año, como la Fiesta de la Primavera.

15 Parque Edmundo Zanoni, em Atibaia, possui lago com pedalinhos, área de descanso e pista para caminhadas.
Edmundo Zanoni Park, in Atibaia, has a lake with paddle boat, resting area and hiking trails.
Parque Edmundo Zanoni, en Atibaia, tiene lago con bicicletas acuáticas , área de descanso y sendero para caminatas.

16 Fazenda Pau d'Alho, em São José do Barreiro, teve seu auge em 1822, com o plantio do café.
Pau d'Alho Farm, in São José do Barreiro, reached its peak in 1822 with coffee cultivation.
Fazenda Pau d'Alho, en São José do Barreiro, tuvo su auge en 1822, como plantación de café.

17 Cidade das Orquídeas, em Mineiros do Tietê.
Orchid City, in Mineiros do Tietê.
Ciudad de las orquídeas, en Mineiros do Tietê.

18 Casarão Senzala, em Salesópolis, era ponto da Rota do Sol, que ligava a capital e o Vale do Paraíba ao litoral.
Casarão Senzala" a slave house in Salesópolis was part of the Rota do Sol, linking the capital and Vale do Paraíba to the coast.
Casarão Senzala, en Salesópolis era punto de la Rota do Sol, que unía la capital y el Vale do Paraíba al litoral.

19 Terra Brasil, em Jarinu, serviu de apoio para os bandeirantes. Possui um labirinto de ciprestes.
Terra Brasil, in Jarinu, served as a backup for pioneers. It has a cypress maze.
Terra Brasil, en Jarinu, sirvió de apoyo a los bandeirantes. Posee un laberinto de cipreses.

Another option for rural tourism is Mantiqueira Circuit, located in Serra da Mantiqueira; in the pathway to it, you can find Guararema's orchid-house, one of the most beautiful in Brazil.

Municipalities such as São José dos Campos, Santo Antônio do Pinhal, Campos do Jordão e São Bento do Sapucaí are part of Mantiqueira Circuit, with several possibilities to have a taste of rural world with activities such as horseback riding, visits to small producers and craftwork centers, typical gastronomy, and fishing. Enjoy this moment to participate in the famous "rodas de viola" at the small and charming district of São Francisco Xavier. Renópolis Farm, in Santo Antônio do Pinhal, offers Colonial Tea, with regional options such as handmade jams and pastries.

Distant 180 km from the capital, in Águas de Lindóia, "Sítio Monte Alegre" a ranch has ecological trails with rare trees, such as Peroba trees, and outstanding landscapes. Close to it, the municipalities of Serra Negra and Socorro also stand out. In the former, there are several rural properties open for visitation, which show their handmade manufacturing process of cheese, yogurt, wine, distilates, sugar cane derivatives such as hard chuncks of raw brown sugar and molasses, organic plantations of coffee. For the boldest ones, a not-to-miss hint is horseback riding under the full moon.

Participants go up reaching 1300 m, from where it is possible to see more than 20 cities in the region under the moonlight.

In Socorro, rural properties can be visited and offer beautiful tours, in addition to a delicious "caipira" coffee.

National capital of horse, Jaguariúna could not be left out, as it has several equine activities. In May, Jaguariúna hosts the Rodeo Festival, and throughout the year it welcomes visitors in its old rural ancient properties dated from coffee period and for the famous ride on a Maria Fumaça [Steam train]. Brotas, despite its vocation for ecotourism, also has great tours in coffee rural properties.

Farther within the countryside, in Araçatuba and Andradina, it is possible to have a tour through large cattle ranches and sugar cane plantations. In Lins, there are rural tours in which you can taste typical food. In the region of Ribeirão Preto, the largest producer center of alcohol and sugar in the Country. The rural tourism also receives great incentive, with numerous properties with doors open for visitors.

Another good option for this kind of experiences in the countryside is the circuit "Vale Histórico" (Historical Valley) , almost in borderline with Minas Gerais, between the municipalities of São José do Barreiro, Bananal and Areias, a region that is famous for its historical farms dated froom the period of the coffee barons. The visit to Boa Vista Farm, filming stage for some national soap-operas, and Coqueiros Farm is worth it.★

20 *Indaiatuba caracteriza-se pela produção de acerola e uva.*
Indaiatuba is characterized by acerola and grape production.
Indaiatuba se caracteriza por la producción de acerola y uva.

21 *A Festa de Flores e Morangos acontece anualmente, durante o mês de setembro em Atibaia.*
Flower and Strawberry Festival takes place every year during the month of September, in Atibaia.
Durante el mes de setiembre en Atibaia, se realiza la Fiesta de Flores y Frutillas.

22 *A laranja é cultivada em Santa Cruz das Palmeiras desde 1940, parte da produção é exportada.*
Orange is cultivated in Santa Cruz das Palmeiras sice 1940, part of the production is exported.
La naranja se cultiva en Santa Cruz das Palmeiras desde 1940, se exporta parte de la producción.

El placer de la vida simple

La atmósfera bucólica está presente en la vida simple de moradores de sitios y haciendas, marcada por el contacto con la tierra, con los animales y por el cultivo de los lazos familiares. Los visitantes que optan por el turismo rural experimentan un estilo de vida completamente diferente al de las grandes ciudades, de ahí el éxito y la búsqueda cada vez mayor de este sector turístico.

El turismo rural paulista es uno de los mayores del país, con más de 800 propiedades disponibles. La gran cantidad y variedad de haciendas productoras enriquecen los recorridos. Hay recorridos ya estructurados en el estado, como el de la fruta, el del café, las haciendas históricas, entre otros. Se pueden realizar cabalgatas, conocimiento del modo de producción rural, degustación de comidas típicas y hasta participación en rondas de guitarras. Es perfecto para relajarse, aprender y divertirse con la encantadora cultura pueblerina.

No es preciso ir muy lejos de la capital para sentir el gusto del campo. En Cotia, a apenas 33 km de la ciudad de São Paulo, hay recorridos óptimos para hacer con niños, como visitas a pequeñas haciendas y sitios rurales que datan de la época de los bandeirantes, como Sitio do Mandú y el Sitio do Padre Ignácio. Cerca de allí queda el municipio de São Roque, que se destaca principalmente por el Roteiro do Vinho.

A 101 km de la ciudad de São Paulo, en Itu , el visitante puede conocer haciendas históricas de caña de azúcar y café, como la Fazenda Capoava, de 1750, construida con tapiales de mortero,

estilo conocido como bandeirista.

En la región de Jundiaí, está el Circuito das Frutas, del cual forman parte los municipios de Atibaia, Indaiatuba, Itatiba, Itupeva, Jarinu, Jundiaí, Louveira, Morungaba, Valinhos y Vinhedo. Además de visitas de degustación a plantaciones de frutas típicas de la región, hay fiestas tradicionales como la de la Uva, en Jundaí y Vinhedo. Y la fiesta de la Frutilla en Atibaia. También es posible conocer haciendas históricas, alambiques y colmenares en Itupeva. El visitante cuenta con muchas opciones de hospedaje en hoteles- hacienda en toda la región, en general muy bien estructurados y con grandes áreas de recreación.

Municipios como São José dos Campos, Santo Antônio do Pinhal, Campos do Jordão e São Bento do Sapucaí integran el Circuito Mantiqueira, con diversas posibilidades para vivenciar el mundo rural a través de actividades como cabalgatas, visitas a pequeños productores y a centros de artesanías, gastronomía típica y pesca. Aproveche para participar de lãs famosas rodas de viola en el pequeño y glamoroso distrito de São Francisco Xavier. La Fazenda Renópolis, en Santo Antônio do Pinhal, ofrece el Té Colonial, con opciones regionales como jaleas y dulces artesanales.

A 180 km de la capital, en Águas de Lindóia, el Sítio Monte Alegre ofrece senderos ecológicos con árboles raros como la Perobeira y bellísimos paisajes. Cerca de allí, los municipios de Serra Negra

y Socorro también llaman la atención. En el primero, hay diversas propiedades rurales abiertas para ser visitadas, dispuestas a mostrar sus procesos de fabricación artesanal de quesos, yogures, vinos, destilados, derivados de caña de azúcar como "rapadura y melado", plantaciones orgánicas y de café. Para los más osados, es imperdible la cabalgata de luna llena, en la que los participantes suben a una altura de 1300 metros,donde es posible observar bajo la luz de la luna, más de 20 cidades. De en Socorro,pueden visitarse propiedades rurales y allí disfrutar de bellos paseos en el campo y de un delicioso café caipira.

Jaguariúna, capital nacional del caballo, no puede pasar desapercibida, ya que cuenta con diversas actividades ecuestres. En el mes de mayo, se realiza el Festival de Rodeo Jaguariúna y durante todo el año recibe visitantes para el famoso paseo de Maria Fumaça y en sus antiguas propiedades rurales del período cafetero. Brotas, además de la fuerte vocación por el ecoturismo, también cuenta con óptimos paseos en propiedades rurales cafeteras.

En el interior , un poco más distante, en Araçatuba e Andradina, se puede pasear por grandes haciendas de ganado y de cultivo de caña de azúcar . En Lins, hay recorridos rurales que incluyen comidas típicas. En la región de Ribeirão Preto, el mayor centro productor de alcohol y azúcar del país, el turismo rural también recibe gran incentivo, con diversas propiedades de puertas abiertas para los visitantes.

Otra buena opción para esas experiencias en el campo es el Circuito do Vale Histórico, ya casi en el límite con Minas Gerais,entre los municipios de São José do Barreiro, Bananal e Areias,región famosa por sus haciendas históricas del período de los grandes barones del café. Vale la pena la visita a la Fazenda Boa Vista, locación de grabación de algunas novelas nacionales, y la Fazenda dos Coqueiros.★

23 *Fazenda Salmo XXIII abriga um alambique, onde se bebe a famosa pinga de Monte Alegre do Sul.*
Salmo XXIII Farm has a distiller, where you can taste the famous "pinga" from Monte Alegre do Sul.
Fazenda Salmo XXII posee un alambique, donde se bebe la famosa "pinga" de Monte Alegre do Sul.

24 *São Roque é capital do vinho e possui influências das comunidades italiana e portuguesa.*
São Roque is the wine capital and is influenced by Italian and Portuguese communities.
São Roque es la capital del vino, con fuerte influencia de las comunidades italiana y portuguesa.

25 *Plantação de caqui é um atrativo da região de Itatiba, onde é realizada a Festa do Caqui em abril.*
Kaki plantation is an attraction in Itatiba region, which hosts the Kaki Festival in April.
Plantación de caqui, es un atractivo de la región de Itatiba, donde se realiza la Fiesta del Caqui en abril.

26 *Fazenda dos Coqueiros, em Bananal, é de 1885 e conserva senzalas, lavadores de café e objetos.*
Coqueiros Farm, in Bananal, is dated from 1885, and it still maintains slave houses, coffee plantations, and objects.
Fazenda dos Coqueiros , en Bananal, es de 1885 y conserva salas de esclavos, lavadores de café y otros objetos de época.

27 *Holambra faz juz ao honroso título brasileiro de "Cidade das Flores".*
Holambra does justice to the honourable Brazilian title of "City of Flowers".
Holambra le hace honor al título brasileño de "Ciudad de las Flores".

28 *Botão de rosa protegido contra pragas e insetos.*
Rose bud protected against plagues and insects.
Botón de rosa, protegido contra plagas e insectos.

29 *O roteiro Caminho das Flores, em Holambra, inclui passeios por plantações de flores.*
The Flower Trail route, in Holambra, includes tour in flower plantations.
El recorrido Camino de las flores, en Holambra, incluye paseos por plantaciones de flores.

30 *Uma família de cavalos pasta tranquilamente na Serra da Mantiqueira.*
A family of horses is peacefully on the feed in Serra da Mantiqueira.
Una familia de caballos pasta tranquilamente en la Serra da Mantiqueira.

31 *Flor se abre para turistas do Polo Cuesta.*
Flower blossoms for tourists in Polo Cuesta.
Una flor se abre para los turistas de Polo Cuesta.

32 *Mirante do Morro do Cruzeiro, em Águas de Lindóia, é perfeito para apreciar o pôr do sol respirando ar puro.*
Morro do Cruzeiro Observational deck, in Águas de Lindóia, is perfect to admire the sunset breathing in the pure air.
Mirador de Morro do Cruzeiro, en Águas de Lindóia, es perfecto para apreciar la caída del sol respirando aire puro.

33 *Morro Pelado, em Águas de Lindóia, está a 1400 m acima do nível do mar, o que permite voos de asa delta e vista de todo o vale.*
Morro Pelado, a hill in Águas de Lindóia, is located at 1400 m above the sea level, which allows for paragliding flights and views from all the valley.
Morro Pelado, en Águas de Lindóia, está a 1400 metros sobre el nivel del mar, lo que permite realizar vuelos de ala delta para ver todo el valle.

32

33

34

35

36

37

38

34 *Parque Juca Mulato, em Itapira, possui um aviário e abriga a Casa Menotti Del Picchia.*
Juca Mulato Park, in Itapira, has an aviary and holds Menotti Del Picchia's House.
Parque Juca Mulato, em Itapira, posee un aviario y allí se encuentra la Casa Menotti Del Picchia.

35 *Reservatório do Rio Jacareí, em Joanópolis, atrai muitos banhistas e pescadores.*
Jacareí River Reservatory, in Joanópolis, draws many bathers and fishers.
Reservorio del Río Jacareí, en Joanópolis, atrae muchos bañistas y pescadores.

36 *Fazenda Santa Gertrudes retrata o período do café e a chegada dos italianos no Brasil.*
Santa Gertrudes Farm portraits the coffee period and it used to be entrance gate of Italians in Brazil.
Fazenda Santa Gertrudes, retrata el período del café y la llegada de los italianos a Brasil.

37 *Jardim das Cerejeiras, em Paraguaçu Paulista, tem características orientais.*
Jardim das Cerejeiras, in Paraguaçu Paulista, has Oriental characteristics.
Jardim das Cerejeiras, en Paraguaçu Paulista, tiene características orientales.

38 *Parque Portugal, em Campinas, tem a lagoa Taquaral, o Planetário e o Museu Dinâmico de Ciências.*
Portugal Park, in Campinas, has Taquaral Lake, Planetarium, and Dynamic Science Museum.
Parque Portugal, en Campinas, tiene la laguna Taquaral, el Planetario y el Museu Dinâmico de Ciências.

39

40

41

42

43

39 *Fazenda Salmo XXIII é um complexo com cachoeiras e muita área verde, em Monte Alegre do Sul.*
Salmo XXIII Farm is a complex with waterfalls and a vast green area in Monte Alegre do Sul.
Fazenda Salmo XXII es un complejo con cascadas y mucha área verde, en Monte Alegre do Sul.

40 *Alambique Zanoni, em Jarinu, destaca-se pela produção de cachaça desde 1940.*
Alambique Zanoni, in Jarinu, outstands for its cachaça production since 1940.
Alambique Zanoni, en Jarinu, se destaca por la producción de cachaça desde 1940.

41 *Fachada típica que imita as construções holandesas, em Holambra.*
Santo Antonio Farm, in São Roque, Great House and Chapel built in century XV portraits well the architecture in rammed earth.
Chácara santo Antonio, en São Roque, la Casa Grande y la Capila del siglo XV, retratan bien la arquitectura en tapia.

42 *Vista da Rodovia dos Bandeirantes para o Planalto Verde, na divisa de Itupeva e Campinas.*
View of Bandeirantes Road to Planalto Verde, in the border of Itupeva and Campinas.
Vista de la Carretera dos Bandeirantes hacia el Planalto Verde, en la división de Itupeva y Campinas.

43 *Região rural em Vinhedo.*
Cows feed on a large green area with many trees and lakes in Vinhedo.
Vacas pastando en un área verde con muchos árboles y lagos en Vinhedo.

44 *Fazenda do Toldi, em São Bento do Sapucaí, é uma "fazenda florestal", com trilhas e cachoeiras.*
Toldi Farm, in São Bento do Sapucaí, is a "forest farm" with trails and waterfalls.
Fazenda do Toldi, en São Bento do Sapucaí, es una hacienda forestal, con senderos y cascadas.

45 *Uma viagem pela estrada entre São Pedro e São Manuel proporciona uma bela vista do Rio Tietê.*
A trip through the road between São Pedro and São Manuel offers a beautiful view from Tietê River.
Un viaje por la calle entre São Pedro y São Manuel proporciona una bella vista del Río Tietê.

44

45

46 *Boi amestrado proporciona alegria à garotada que visita a cidade de Torrinha.*
The trained ox brings joy to the young children visiting the city of Torrinha.
Un buey amaestrado proporciona alegría a los niños que visitan la ciudad de Torrinha.

47 *Represa do Broa, em Itirapina, atrai pescadores para aproveitar a tranquilidade do local.*
Broa Dam, in Itirapina, brings fishers to take advantage of the tranquility of the place.
Represa do Broa, en Itirapina, atrae pescadores que aprovechan la tranquilidad del lugar.

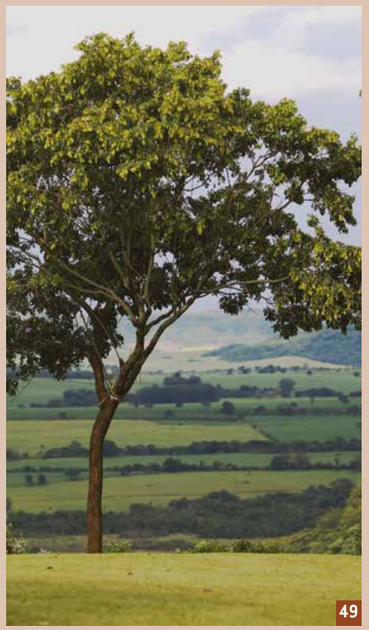
48 *Nos passeios pela zona rural, em Itatinga, os visitantes conseguem observar diversos tipos de pássaros.*
In the tours through the rural zone, in Itatinga, visitors can see several species of birds.
En los paseos por la zona rural en Itatinga, los visitantes pueden observar diversos tipos de pájaros.

49 *Vale Rio Jacaré, na Chapada Guarani em Brotas: o vale pode ser avistado do alto da Serra da Roseira.*
Rio Jacaré Valley, in Chapada Guarani, Brotas: the valley can be seen from the peak of Serra da Roseira.
Valle del Río Jacaré, en la Chapada Guaraní en Brotas, el valle puede ser observado desde lo alto de la Serra da Roseira.

50 *Passeio a cavalo, em Piraju, no Parque FECAPI.*
Horseback riding, in Piraju, FECAPI Park.
Paseo a caballo, en Piraju, en el parque FECAPI.

51 *Fazenda Maristela, em Tremembé, era fazenda de café, o que se nota pelas tulhas nos porões da casa sede.*
Maristela Farm, in Tremembé, was a coffee farm, which can be noted by the height of the main house's gates.
Fazenda Maristela, en Tremembé, era una hacienda de café, que se reconoce por las bodegas y graneros de la casa sede.

52 *Festa do Figo, em Valinhos, é realizada desde 1939 e reúne exposições, manifestações culturais e doces.*
Fig Festival, in Valinhos, is held since1939 and comprises exhibitions, cultural activities and sweets.
Fiesta del Higo, en Valinhos, se realiza desde 1939 y reúne exposiciones, manifestaciones culturales y dulces.



A fé que atrai

Diferente dos outros segmentos, a fé é a grande motivadora do turismo religioso. Seus praticantes são conhecidos como peregrinos e geralmente seguem rotas e calendários ligados aos acontecimentos de sua religião. São Paulo é um Estado de múltiplas culturas e crenças, mas a maioria dos seus destinos turístico-religiosos remetem ao catolicismo.

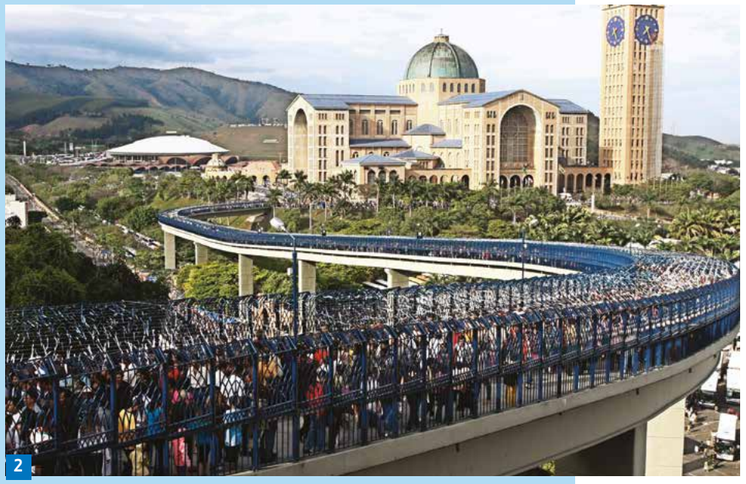
A cidade de Aparecida, por exemplo, recebe todos os anos cerca de 12 milhões de devotos de Nossa Senhora Aparecida, a padroeira do Brasil. Eles visitam o maior Santuário Mariano do mundo, a Basílica Nossa Senhora Aparecida. Ela começou a ser construída em 1952 e tem capacidade para 75 mil visitantes. Uma longa ponte interliga a Nova e a Velha Basílica, outro ponto de visitação na cidade.

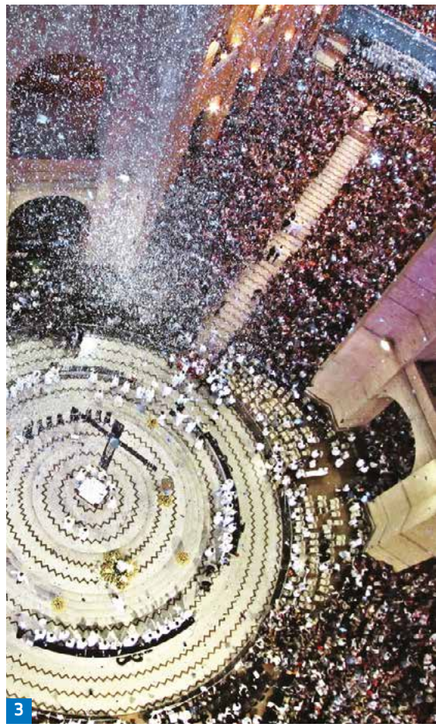
A fama religiosa da cidade vem de 1717, quando pescadores locais encontraram no rio Paraíba do Sul uma escultura de uma santa negra, mais tarde coroada Nossa Senhora Aparecida.

As festas mais importantes de lá acontecem em dois momentos do ano: uma semana após a Páscoa (em comemoração a São Benedito) e em outubro (dia de Nossa Senhora Aparecida), atraindo turistas nacionais e estrangeiros.

Assim como Aparecida, as vizinhas Guaratinguetá, Cachoeira Paulista e Lorena ajudam a compor o Circuito Religioso do Vale do Paraíba. Guaratinguetá, por exemplo, é a cidade natal de Frei Galvão,

3 *Dia de Nossa Senhora Aparecida é celebrado em 12 de Outubro na maior basílica mariana do mundo.*
The day of Nossa Senhora Aparecida is celebrated on October 12, at the largest marian church of the world.
El Día de Nossa Senhora Aparecida se celebra el 12 de octubre en la mayor basílica mariana del mundo.





1 *Santuário Nacional de Aparecida é o mais importante dedicado à Nossa Senhora Aparecida em todo o Brasil.*
The "Santuario Nacional de Aparecida" is the most important sanctuary dedicated to Nossa Senhora Aparecida in Brazil.
Santuario Nacional de Aparecida es el más importante dedicado a Nossa Senhora Aparecida en todo Brasil.

2 *Passarela da Fé liga as duas basílicas da cidade de Aparecida.*
The Faith Bridge links both of the churches of Aparecida city.
La Passarela da Fé une las dos basílicas de la ciudad de Aparecida.

o primeiro santo brasileiro, enquanto Cachoeira Paulista é sede da comunidade católica Canção Nova. Já em Lorena, é possível visitar o Santuário Basílica de São Benedito, a Catedral Nossa Senhora da Piedade e a Igreja Nossa Senhora do Rosário.

Outro grande centro de peregrinação católica no Estado se encontra na cidade de Bom Jesus dos Perdões, a 70 km da capital. A capela que dá nome à cidade, construída em 1705, em estilo barroco mineiro, foi elevada em 1913 à categoria de Santuário Arquiepiscopal e hoje recebe milhares de turistas religiosos.

Muito famosa também no segmento religioso é a cidade de Iguape, onde acontece todos os anos a Festa do Bom Jesus de Iguape, que atrai peregrinos e fiéis de diversas localidades do Estado e do País. Outra dica é o Drama da Paixão de Cristo em Santana de Parnaíba, que conta com a atuação de mais de 100 atores.

Distante cerca de seis horas da capital, a pequena Santo Expedito, no Oeste Paulista, com seus três mil habitantes, chama a atenção por receber, na semana do santo padroeiro, cerca de 75 mil visitantes. Sem hotéis e pousadas, eles ficam hospedados nas cidades vizinhas ou em casas de moradores.

Acontecimentos milagrosos atribuídos ao Padre Donizetti Tavares de Lima (1882-1961) até hoje levam fiéis à cidade de Tambaú, próxima de Ribeirão Preto, interior do Estado. Peregrinações e romarias visitam patrimônios culturais da cidade onde teriam ocorrido esses milagres: a casa do padre, o Lar São Vicente, o Santuário e a Igreja Matriz.

O turismo religioso no Estado de São Paulo, entretanto, não se limita aos atrativos de caráter católico. Na região metropolitana de São Paulo, em Cotia, está o templo do budismo tibetano, Templo Odsal Ling, e o maior templo budista da América Latina, o Zu Lai. Com dez mil m² de área construída, o templo possui uma área total de 150 mil m², com belos jardins, áreas de meditação e um restaurante vegetariano.★

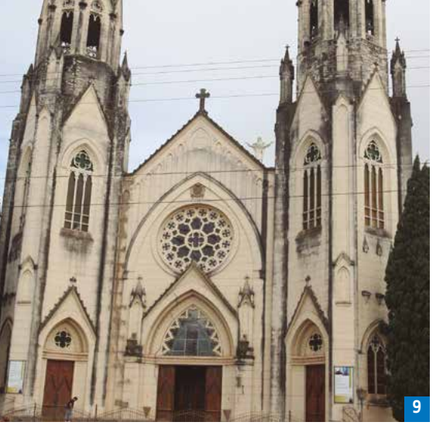
4 *A casa onde São Galvão nasceu e morou na infância, em Guaratinguetá, é hoje um memorial.*
The house where Saint Galvão was born and lived as a child in Guaratinguetá, nowadays, is a memorial.
La casa donde nació y vivió en su infancia São Galvão, Guaratinguetá es hoy un memorial.

5 *Seminário Frei Galvão, em Guaratinguetá, distribui aos fiéis as famosas pílulas de Frei Galvão.*
Frei Galvão Seminary, in Guaratinguetá, distributes Frei Galvão's famous pills to followers.
Seminario Frei Galvão, en Guaratinguetá distribuyo a los fieles las famosas píldoras de Frei Galvão.

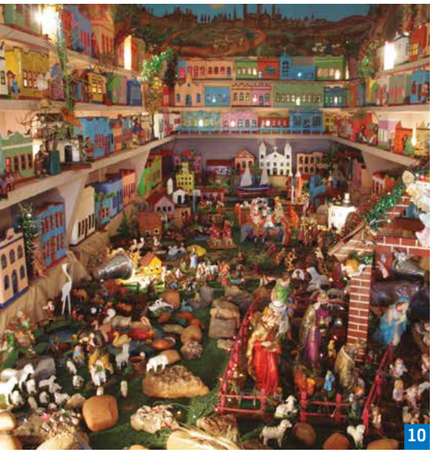
6 *Igreja de São Frei Galvão é frequentada por romarias de fiéis de São Frei Galvão, em Guaratinguetá.*
Saint Frei Galvão Church is visited by groups of Saint Frei Galvão's followers, in Guaratinguetá.
Iglesia São Frei Galvão es frecuentada por peregrinaciones de fieles de São Frei Galvão, en Guaratinguetá.

7 *A casa onde Frei Galvão nasceu em 1739 foi reconstruída na técnica original de taipa e pau-a-pique.*
House where Frei Galvão was born, in 1739, was rebuilt with the original techinique of rammed earth and wattle and daub.
La casa donde nació Frei Galvão en 1739 fue reconstruida con la técnica original de tapia de adobe.

8 *Catedral de Santo Antônio, em Guaratinguetá, onde se encontra a pia onde São Frei Galvão foi batizado.*
Santo Antônio Cathedral, in Guaratinguetá, exhibits the sink in which Saint Frei Galvão was baptized.La catedral de Santo Antônio, en Guaratinguetá, donde se encuentra la pila bautismal donde São Frei Galvão fue bautizado.



9 *Catedral de Sant'Anna, em Botucatu*
Sant'Anna Cathedral, in Botucatu.
Catedral de Sant'Anna, en Botucatu.



10 *O Presépio de Nova Granada tem mais de 70 anos s e nunca foi desmontado..*
The Nativity Scene of Nova Granada is over 70 years old and has never been dismantled.
El pesebre de Nova Granada tiene más de 70 años y nunca fue desarmado.

11 *Mosteiro de São Bento, em São Paulo, famoso pelo canto gregoriano.*
São Bento Monastery, in São Paulo, famous for its Gregorian chants.
Monasterio de de São Bento, en de São Paulo, famoso por los cantos gregorianos

Faith that draws people

Different from other segments, faith is one the greatest reasons for religious segment. Their practicants are known as pilgrims and they normally follow routes and schedules linked to their religion. São Paulo is a State of multiple cultures and beliefs, but most of their tourism-religious destinations are related to Catholicism.

The city of Aparecida, for example, receives about 12 million devotes of Nossa Senhora Aparecida every year. They visit the largest Marian Sancturary in the world, the Sanctuary of Nossa Senhora Aparecida. It started to be built in 1952 and has a capacity of 75 thousand visitors. A long bridge links the New and the Old Sanctuary another spot for visitation in the city.

The religious fame of the city started in 1717, when local fishers found in Paraíba do Sul river the sculpture of a black saint, later crown as Nossa Senhora Aparecida.

The most important festivals of this city happen at two periods of the year: one week after Easter (celebrating São Benedito) and one in October (day of Nossa Senhora Aparecida), drawing both national and international tourists.

Like Aparecida, the neighbor cities of Guaratinguetá, Cachoeira Paulista, and Lorena comprise the Religious Circuit of Vale do Paraíba. Guaratinguetá, for example is the birth city of Frei Galvão, the first Brazilian saint, while Cachoeira Paulista headquarters the Catholic community Canção Nova. In Lorena, it is possible to visit Basílica de São Benedito Sanctuary, Nossa Senhora Piedade Cathedral, and Nossa Senhora do Rosário Church.

Another large center of catholic peregrination in the State is in the city of Bom Jesus dos Perdões, located 70 km far from the capital. The chapel named after the city, built in 1705, in Barroque style typical from Minas Gerais, was considered as a Arquiepiscopal Sanctuary in 1913 and currently welcomes million of religious tourists.

12 *O Tapete de Corpus Christi, em Santana de Parnaíba, tem mais de 1 Km de extensão e é feito com serragem tingida sobre o asfalto.*
Corpus Christi Carpet, in Santana de Parnaíba, is more than 1km long, and made of dyed sawdust over the asphalt.
El tapete del Corpus Christi, en Santana de Parnaíba, tiene más de 1 km de extensión y se realizó con aserrín teñido sobre el asfalto.

13 *Igreja Matriz São José, em Barra Bonita.*
São José Main Church, in Barra Bonita.
Iglesia Matriz de São José en Barra Bonita.

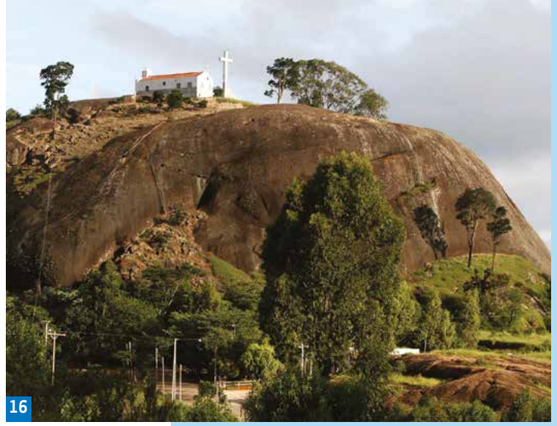
The city of Iguape is also famous in religious segment. Every year, the city hosts Bom Jesus de Iguape Festival, attracting pilgrims and followers from several locations of the State and Country. Another option is Passion of Christ Play, which occurs in Santana do Parnaíba, and counts with over 100 participating actors.

Distant about 6 hours from the capital, the small city of Santo Expedito, in the West side of the State, with three thousand inhabitants, stands out as it receives about 75 thousand visitors during their patron saint's week. With no hotels or lodgings, visitors are accomodated in neighboring cities or even local resident's homes.

Even nowadays, the miracles attributed to Father Donizetti Tavares de Lima (1882-1961) draw followers to the city of Tambaú, close to Ribeirão Preto, in the State countryside. Pilgrimages and processions visit cultural heritages of the city, where these miracles are told to have occurred: the priest's house, São Vicente's home, the Sanctuary, and Main Church.

However, the religious tourism in São Paulo State is not limited to catholic attractions. The Tibethan budist temple, Odsal Ling Temple, and the largest buddist temple of Latin America, Zu Lai, are located in São Paulo metropolitan area, in Cotia. With ten thousand m2 of built area, the temple has a total area of 150 thousand m2 with beautiful gardens, meditation areas and 12 a vegetarian restaurant.★

14 *Igreja na cidade de Bofete.*
Church in the city of Bofete.
Iglesia en la ciudad de Bofete.



15 *Seminário Frei Galvão possui em seu jardim uma estátua de Nossa Senhora de Fátima, em Guaratinguetá.*
Frei Galvão Seminary has a statue of Nossa Senhora de Fátima in its garden, in Guaratinguetá.
Seminario Frei Galvão posee en su jardín una estatua de Nossa Senhora de Fátima, en Guaratinguetá.

16 *Santuário de Pedra Bela foi erguido sobre uma gigantesca rocha de 1120 m de altitude e conta com um mirante maravilhoso.*
Pedro Bela Sancturary was built on a giant rock with 1120m of height and has a marvellous observation deck.
Santuario de Pedra Bela fue construido sobre una roca gigantesca de 1120 metros de altura y cuenta con un mirador maravilloso.

17 *Seminário Frei Galvão, fundado em 1942, possui acervo com objetos que pertenceram ao São Frei Galvão, em Guaratiguetá.*
Frei Galvão Seminary, founded in 1942, has a collection of objects that belonged to São Frei Galvão, in Guaratinguetá.
Seminario Frei Galvão, fundado en 1942, posee objetos que pertenecieron a de São Frei Galvão, en Guaratiguetá.

La fe que atrae

Diferente de los otros segmentos, la fe es gran motivadora del turismo religioso. Sus practicantes son conocidos como peregrinos y generalmente siguen rutas y calendarios ligados a acontecimientos de su religión. São Paulo es un estado de múltiples culturas y creencias, pero la mayoría de los destinos turístico-religiosos remite al catolicismo.

La ciudad de Aparecida, por ejemplo, recibe todos los años cerca de 12 millones de devotos de Nossa Senhora Aparecida(la patrona de Brasil), quienes visitan el mayor Santuario Mariano del mundo, La Basílica Nossa Senhora Aparecida. Comenzó a ser construida en 1952 y tiene capacidad para 75 mil visitantes. Un largo puente conecta la Basílica Nueva con la Vieja, otro punto de visita de la ciudad.

La fama religiosa de la ciudad viene de 1717, cuando unos pescadores locales encontraron en el Río Paraíba do Sul una escultura de una Santa negra, más tarde coronada como Nossa Senhora Aparecida. La fiestas más importantes tienen lugar en dos momentos del año: una semana después de Pascua (en conmemoración a São Benedicto) y en Octubre, (día de Nossa Senhora Aparecida), atrayendo turistas nacionales y extranjeros.

Así como Aparecida, las vecinas Guaratinguetá, Cachoeira Paulista y Lorena componen el Circuito Religioso do Vale do Paraíba. Guaratinguetá, por ejemplo, es la ciudad natal de Frei Galvão, primer santo brasileño, mientras que Cachoeira Paulista es sede de la comunidad católica Canção Nova. En Lorena, se puede visitar el Santuário Basílica de São Benedito, la Catedral Nossa Senhora da Piedade y la Iglesia Nossa Senhora do Rosário.

Otro gran centro de peregrinación católica en el estado se encuentra en la ciudad de Bom Jesus dos Perdões, a 70 km de la capital. La capilla que da nombre a la ciudad, construida en 1705, en estilo barroco minero, fue elevada en 1913 a la categoría de Santuario Arquiepiscopal y hoy recibe millares de turistas religiosos.

18 *Capela da Nossa Senhora d'Ajuda, em Guararema, é de 1682 e uma das construções coloniais mais antigas de São Paulo.*
Testrum qui beratem in nihilictur, quam aritae et adi officimaxim rem. Nem lacerovid eos voluptatur?
Qui is dolorum rese-quam, con ent, coribus rescien disquod iaspic totas velenitaque nis alia vit omnis.

19 *Igreja De Santo Antônio de Itirapina é dedicada a este santo muito querido pelo povo português, que deu origem à cidade.*
Santo Antônio de Itirapina Church is dedicated to this saint, very appreciated by the Portuguese people who built the city.
Iglesia de Santo Antônio de Itirapina es dedicada a este santo muy querido por el pueblo portugués, que dió origen a la ciudad.

20 *Igreja São Benedito, em Campinas, foi construída em 1835 e segue o estilo colonial com fachada neo-romântica criada por Ramos de Azevedo.*
São Benedito Church, in Campinas, was built in 1835 and follows the colonial style with neo-romanic front created by Ramos de Azevedo.
Iglesia São Benedito, en Campinhas, fue construida en 1835 y sigue el estilo colonial con fachada neo romántica creada por Ramos de Acevedo.

Muy famosa en el segmento religioso es la ciudad de Iguape, donde se realiza todos los años la Festa do Bom Jesus de Iguape, que atrae peregrinos y fieles de diversas localidades del estado y del país. Otra atracción es el Drama da Paixão de Cristo en Santana de Parnaíba, que cuenta con la actuación de más de 100 actores.

A seis horas de la capital, aproximadamente, la pequeña Santo Expedito, en el oeste paulista, con sus 3 millones de habitantes, llama la atención por recibir, en la semana del santo patrono, cerca de 75 mil visitantes, quienes al no contar con hoteles y posadas, se hospedan en las ciudades vecinas o en casas de moradores.

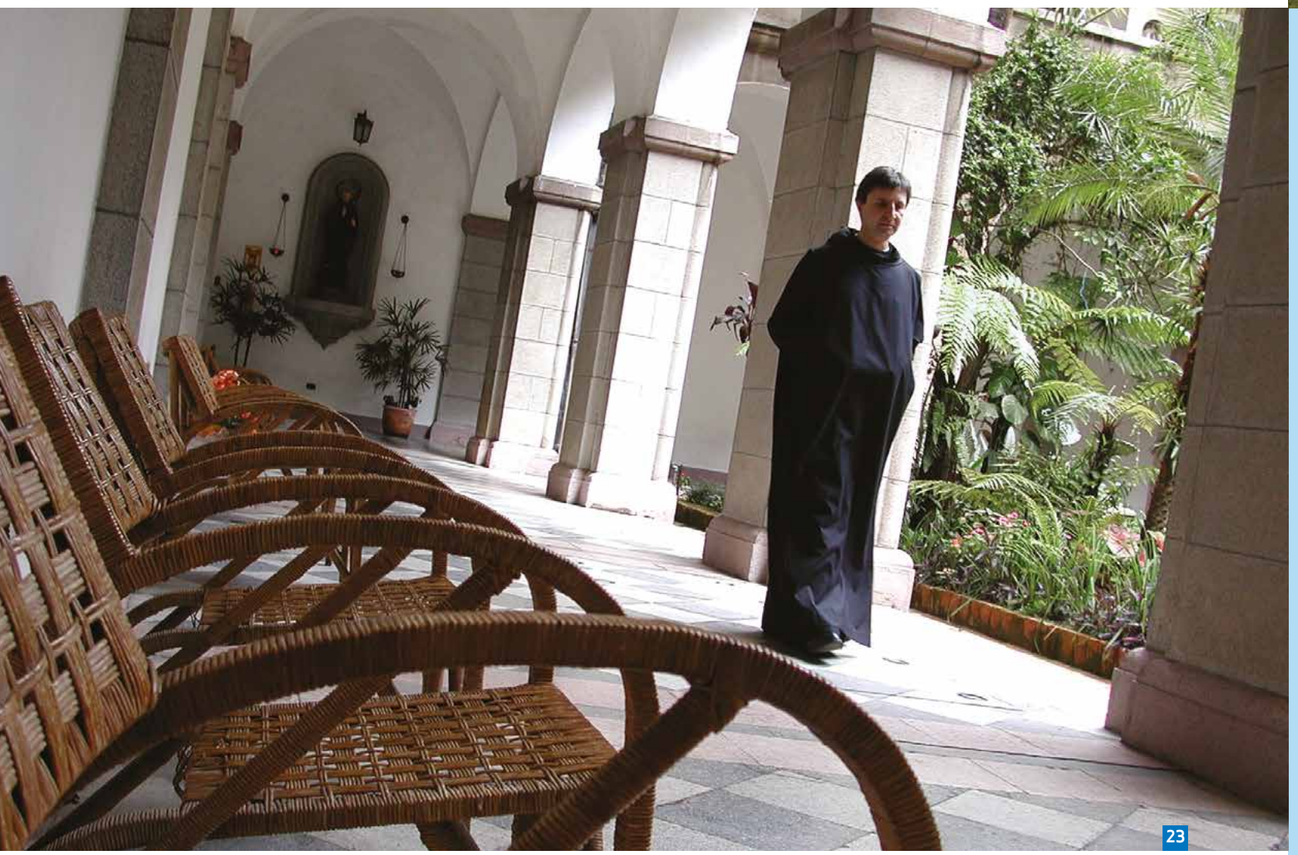
La ciudad de Tambaú, cercana a Ribeirão Preto, en el interíor del estado, atrae fieles por los acontecimientos milagrosos atribuidos al Padre Donizetti Tavares de Lima (1882-1961). Peregrinaciones y romerías visitan los patrimonios culturales de la ciudad en donde ocurrieron dichos milagros: la casa del padre, el hogar São Vicente, el Santuario y la Iglesia Matriz.

El turismo religioso en el estado de São Paulo, sin embargo, no se limita a los atractivos de la fe católica. En la región metropolitana de São Paulo, en Cotia, está el templo de budismo tibetano, Templo Odsal Ling, y el mayor templo budista de América Latina, el Zu Lai, que con 10 mil m2 de área construida, el templo posee un área total de 150 mil m2, con bellos jardines, áreas de meditación y restaurante vegetariano..★

21 *Solo Sagrado, em São Paulo, é um parque de contemplação da natureza e meditação, e teve origem nos protótipos de Mokiti Okada.*
Solo Sagrado, in São Paulo, is a park destined to nature contemplation and meditation, it was originated based on Mokiti Okada's prototypes.
Solo Sagrado, en São Paulo, es un parque de contemplación de la naturaleza y meditación y tuvo origen en los prototipos de Mokiti Okada.

22 *O templo Solo Sagrado foi construido à margem da represa de Guarapiranga, em São Paulo.*
Solo Sagrado temple was built by the margins of Guarapiranga's Dam, in São Paulo.
El templo Solo Sagrado fue construido al margen de la represa de Guarapiranga en São Paulo.

23 *Mosteiro de São Bento, em São Paulo, possui celebração da missa no rito monástico e canto gregoriano.*
São Bento Monastery, in São Paulo, where the mass is celebrated in monastic ritual and Gregorian chant.
Monasterio de São Bento, en São Paulo, celebra misa en el rito monástico y se puede apreciar el canto gregoriano.



24 *Templo Zu Lai com seus belos jardins, em Cotia, tem suas raízes no Budismo Mahayana.*
Zu Lai Temple with its beautiful gardens, in Cotia, is grounded in Mahayana Budism.
Templo Zu Lai, con sus bellos jardines en Cotia, tiene sus raíces en el Budismo Mahayana.

25 *Templo Budista Daigozan Jomyoji, em Suzano, recebe por ano cerca de dez mil visitantes de todo o mundo.*
Daigozan Jomyoji Budist Temple, in Suzano, welcomes about ten thousand visitors from all over the world every year.
Templo Budista Daigozan Jomyoji, en Suzano, recibe por año cerca de 10 mil visitantes de todo el mundo.

26 *Templo Tenrikyo, em Marília, é o principal templo oriental na cidade.*
Tenrikyo Temple, in Marília, is the main oriental temple in the city.
Templo Tenrikyo, en Marilia, es el principal templo oriental de la ciudad.

27

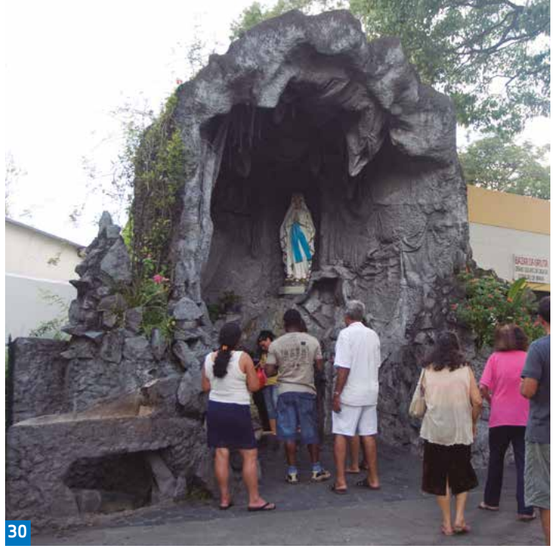
27 *Igreja Matriz Sant'Ana, em Areias, é conhecida pelo sino que pode ser ouvido a longa distância.*
Sant'Ana Main Church, in Areias, is known for its bell that can be heard from a very long distance.
Iglesia Matriz Sant'Ana, en Areias, es conocida por la campana que puede ser oída desde lejos.

28

29

28 *Matriz de Bom Jesus dos Perdões com mais de 300 anos é um convite à mais pura contemplação.*
Bom Jesus dos Perdões Main Church with more than 300 years old is an invitation to the purest contemplation.
Matriz de Bom Jesus dos Perdões, con más de 300 años es una invitación a la más pura contemplación.

29 *No Santuário Nacional de Santa Cabeça, em Cachoeira Paulista, a santa é invocada para interceder pelas enfermidades relacionadas a cabeça.*
In the National Sanctuary of Santa Cabeça, in Cachoeira Paulista, the saint is invoked to intercede for head-related diseases.
En el Santuario Nacional de Santa Cabeça, en Cachoeira Paulista, la santa es invocada para interceder por las enfermedades relacionadas con la cabeza.



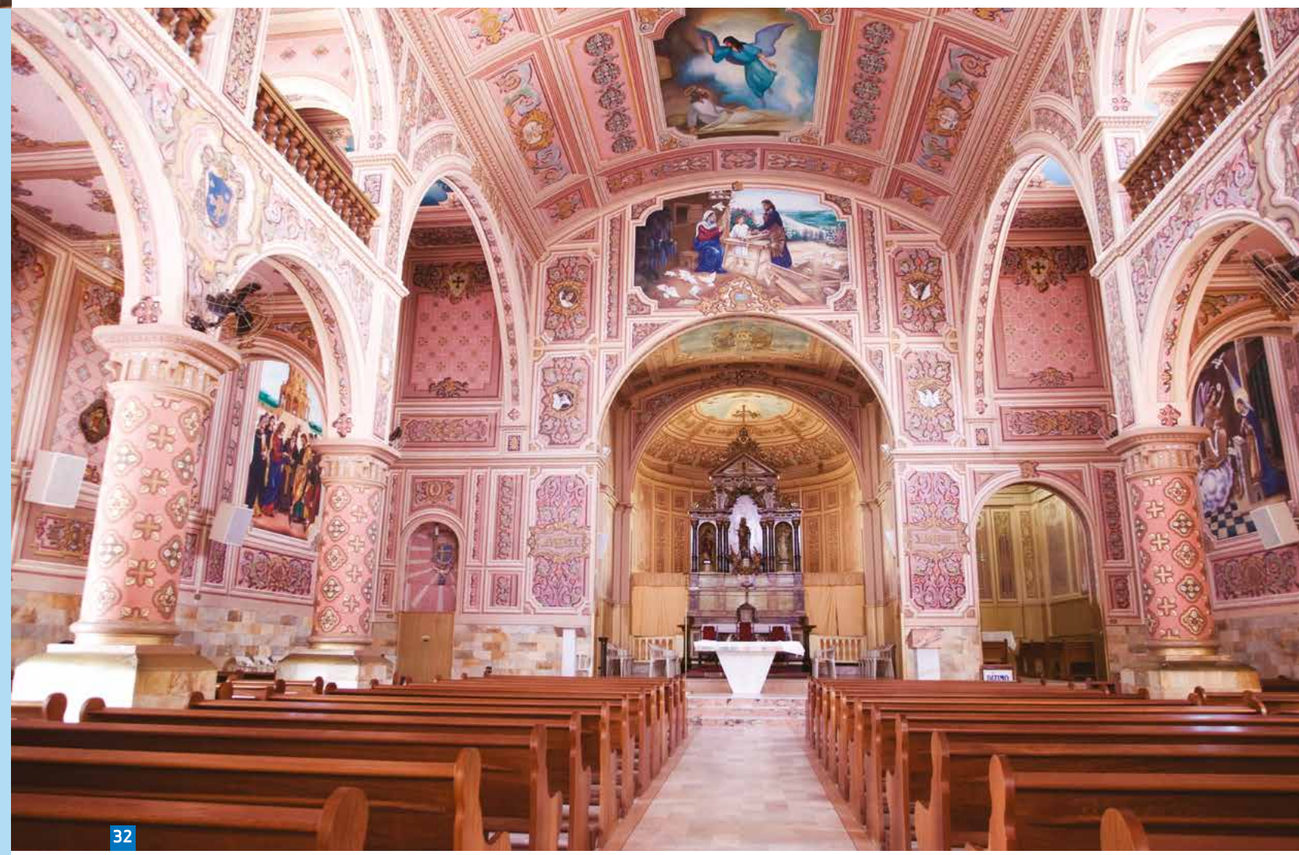
30

31

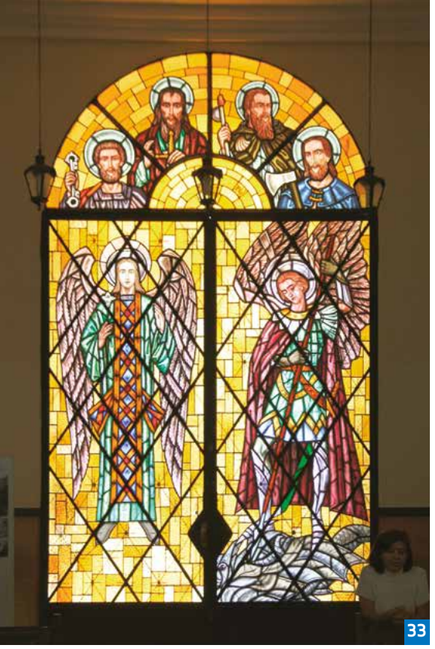
30 *Gruta Nossa Senhora de Lourdes, administrada pela Congregação das Filhas de Maria Auxiliadora em Guaratinguetá*
Nossa Senhora de Lourdes Cave, managed by Maria Auxiliadora's Daughter Sisterhood, in Guaratinguetá.
Gruta Nossa Senhora de Lourdes, administrada por la congregación de Filhas de María Auxiliadora en Guaratinguetá.

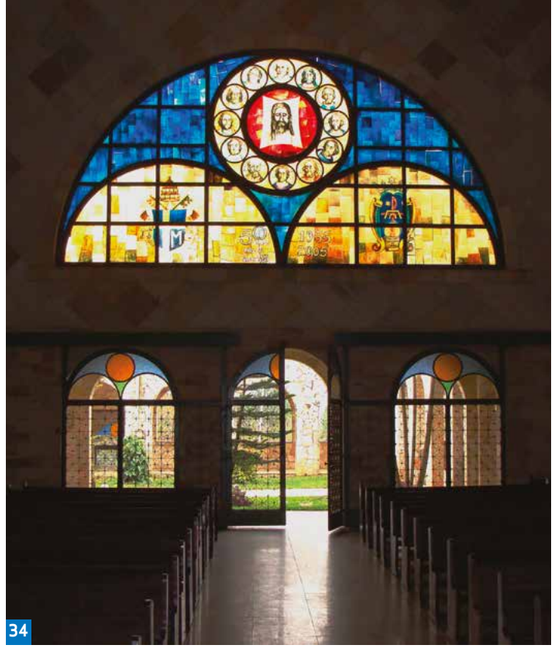
31 *Festa de São Sebastião, em São Luiz do Paraitinga*
São Sebastião Festival, in São Luiz do Paratinga.
Fiesta de São Sebastião, en São Luiz do Paraitinga.

32 *Igreja de São José é um dos principais marcos de Salesópolis, podendo ser avistada de qualquer ponto da cidade.*
São José Church is one of the main spots of Salesópolis, which can be seen from any part of the city.
Iglesia de São José es uno de los principales atractivos de Salesópolis, y puede ser vista desde cualquier punto de la ciudad.



32





33 *Santuário Nossa Senhora da Conceição,em Caconde, fundada em março de 1775 junto ao córrego do Bom Sucesso.*
Nossa Senhora da Conceição Sanctuary, in Caconde, founded on March 1775 by the side of Bom Sucesso stream.
Santuario Nossa Senhora da Conceição, en Caconde fundada en marzo de 1775 junto al arroyo do Bom Sucesso.

34 *Sagrada Face de Cristo, em Roseira: a imagem exposta no altar e reproduzida no vitral foi pintada pelo Pe. Januário Baleeiro.*
Sagrada Face de Cristo, in Roseira, the image is exhibited in the altar and reproduced in stained glass window, and was painted by Father Januário Baleeiro.
Sagrada Face de Cristo, en Roseira: la imagen expuesta en el altar y reproducida en el vitraux fue pintada por el Padre Januário Baleeiro.

35 *Igreja do Bom Jesus da Cana Verde, em Batatais, possui acervo do pintor Cândido Portinari com 21 obras.*
Bom Jesus da Cana Verde Church, in Batatais, has a collection with 21 paintings of Cândido Portinari.
Iglesia do Bom Jesus da Cana Verde, en Batatais, posee la obra del pintor Cândido Portinari, con 21 ejemplares.

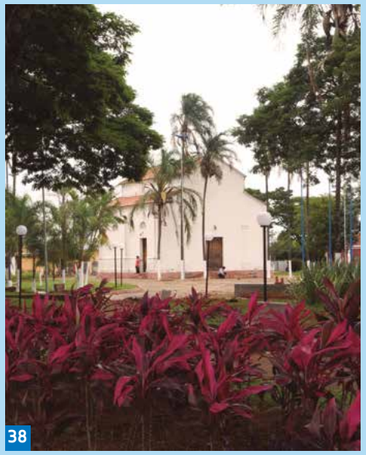
36 *Praça Prefeito Luiz Olinto Tortorello, em São Caetano, foi reformada e agora segue uma arquitetura em estilo grego.*
Prefeito Luiz Olinto Tortorella Square, in São Caetano, was rebuilt and now follows a greek-style architecture.
Plaza Prefeito Luiz Olinto Tortorello, en São Caetano, fue reformada y hoy presenta una arquitectura con estilo griego.

37 *Paróquia Nossa Senhora de Viterbo, construída com o esforço da comunidade, em Santa Rosa de Viterbo.*
Paróquia Nossa Senhora de Viterbo, built with the efforts of Santa Rosa de Viterba's community.
Paroquia Nossa Senhora de Viterbo construida con el esfuerzo de lacomunidad, en Santa Rosa de Viterbo.

38 *A Capela Santo Antônio em Brodowski possui uma pintura de Santo Antônio feita por Portinari*
Santo Antônio Chapel, in Brodowski, has a painting of Saint Antônio which was painted by Portinari.
Capilla de Santo Antônio en Brodowsky posee una pintura de Santo Antônio, hecha por Portinari.

39 *Capela de São Benedito de Jaboticabal foi construída nos tempos do império e enfeita a praça entre frondosas figueiras.*
São Benedito Chapel, in Jaboticabal, was built during the emperor's time and decorates the square between leafy fig trees.
Capilla de São Benedito de Jaboticabal fue construida en los tiempos del imperio frente a una plaza con frondosas higueras.

40 *A Festa de Santa Cruz, em Carapicuíba, mistura novenas e cânticos religiosos com as danças indígenas.*
Santa Cruz Festival, in Carapicuíba, mixes novenas and religious chants with indigenous dances.
La fiesta de Santa Cruz, en Carapicuíba, mezcla novenas y cánticos religiosos con danzas indígenas.



1

Passado Valorizado

São Paulo tem muita história para contar, afinal, são quase cinco séculos de acontecimentos oficiais, estampados em monumentos, prédios, construções e sítios arqueológicos. A cultura popular é muito rica, diversificada pela contribuição de caipiras, caiçaras, remanescentes quilombolas e imigrantes de diversas nacionalidades. Os grandes centros urbanos são excelentes produtores e divulgadores artísticos. A partir dessas características, o Estado de São Paulo aparece como um dos melhores destinos do País para fazer turismo histórico-cultural.

Na metrópole, há um mundo de informações. São centenas de estabelecimentos como cinemas, museus, teatros, casas noturnas, bibliotecas, shopping centers, centros culturais, casas de espetáculos acima de 300 lugares e estádios de futebol. E ainda podemos somar a tudo isso, diversos eventos culturais, festas populares e áreas de patrimônio histórico.

Além de grande centro de manifestações artísticas, a cidade é um reduto de referências arquitetônicas que vão desde a colonização dos jesuítas, passando pelos bandeirantes, aos tempos áureos do café e décadas posteriores. O Pateo do Collegio é considerado o marco zero da história da cidade. Foi lá que os jesuítas José de Anchieta e Manoel da Nóbrega construíram a primeira cabana de pau-a-pique, em 1554, para catequizar índios nativos. Hoje o local conta com um museu de arte sacra com visitas monitoradas, uma biblioteca com obras raras e um restaurante.

4 *Festa do Divino, em São Luiz do Paraitinga.*
Divino Festival, in São Luiz do Paraitinga.
Fiesta del Divino, en São Luiz do Paraitinga.

1 *Largo do São Francisco, São Paulo*
Largo São Francisco a square in São Paulo.
Largo do São Francisco, São Paulo

2 *Bonde de Barra Bonita.*
Trolley at Barra Bonita.
Tranvia de Barra Bonita.

3 *Atelier Entre No Paraíso, em Silveiras.*
"Entre no Paraíso" atelier in Silveiras.
Atelier "Entre no Paraíso" en Silveira.

3

2

4

Ainda no Centro, temos a Pinacoteca do Estado de São Paulo, a estação de trem e o Parque da Luz, o Teatro Municipal, a Catedral da Sé e um passeio imperdível que combina gastronomia e história: visita ao Mercado Municipal.

Cores, aromas e sabores se misturam neste que é um dos principais entrepostos comerciais do País, onde é possível encontrar uma enorme variedade de frutas, temperos, queijos, carnes e peixes. A construção da década de 1930, tem 22 mil metros quadrados em estilo neoclássico. Muitos visitantes vão lá especialmente para saborear os famosos sanduíches de mortadela e o pastel de bacalhau.

Um dos últimos e mais bem preservados exemplares de construções jesuíticas do Estado está no município de Embu das Artes, na região metropolitana de São Paulo. A simplicidade das linhas retas desenham o conjunto Nossa Senhora do Rosário, formado por uma igreja e uma antiga residência dos padres, onde funciona o Museu de Arte Sacra. A cidade também é famosa pela grande concentração de artistas plásticos e artesãos.

5 *Museu Castelo, em Paranapiacaba, gerenciava o tráfego de trens. A casa foi construída por volta de 1897.*
Castelo Museum, in Paranapiacaba, used to manage the train traffic. The house was built in 1897.
Museu Castelo, en Paranapiacaba, gerenciaba el tráfico de trenes. La casa fue construida alrededor de 1897.

6 *Estação Ferroviária de Queluz passou por várias mudanças políticas desde sua inauguração em 1874.*
Queluz Ferry Station has gone through several political changes since its launch, in 1874.
La Estación ferroviaria de Queluz pasó por varias mudanzas políticas desde su inauguración en 1874.

Em Americana, a pouco mais de uma hora de carro da capital, a sugestão é a Igreja Matriz de Santo Antônio, construída em 1900 no estilo neoclássico. Em São Roque, não deixe de visitar a antiga fábrica da Brasital, construída em 1890, bem como a antiga estação ferroviária e a Capela do Sítio Antônio. A poucos minutos dali, em Araçariguama, a dica é a Mina de Ouro, herança descoberta pelos bandeirantes em 1590.

Ainda nessa região, destaque para o patrimônio arquitetônico de Itu, suas lojas de antiguidades e, especialmente, o Museu Republicano Convenção de Itu, local das reuniões que deram origem ao Partido Republicano Brasileiro.

Em Amparo, atenção para o acervo arquitetônico do período cafeeiro, além da antiga Companhia Mogiana de Estradas de Ferro. Jaguariúna, por sua vez, preserva um significativo patrimônio histórico-ferroviário e oferece o passeio no trem Maria Fumaça.

Aproveite para apreciar, na vizinha Pedreira, a Igreja Matriz em estilo gótico, construída entre os séculos XIX e XX e o Museu Histórico e da Porcelana

7 *Museu de Ribeirão Preto tem coleções de história natural, história oficial, etnográficas, artefatos da cultura popular e fotografias.*
Ribeirão Preto Museum has a collection of natural history, official history, etnográficas, artifacts of popular culture and photographs.
Museo de Ribeirão Preto tiene colecciones de historia natural, historia oficial, etnografica, objetos de cultura popular y fotografías.

8 *Museu do Café, em Campinas, possui um rico acervo que remete à história cafeeira da região.*
Coffee Museum, in Campinas, has a rich collection related to the coffee history in that region.
Museo del Café en Campinas, posee una rica colección que remite a la historia cafetera de la región.

9 *Conhecida como parte baixa, a vila inglesa de Paranapiacaba abrigava os funcionários da companhia de trens.*
Known as low part, the English village of Paranapiacaba used to host employees of the train company.
Conocida como la parte baja, la villa inglesa de Paranapiacaba, albergaba a los funcionarios de la compañia de trenes.

10 *Sitio do Pica Pau Amarelo, em Taubaté, onde é possível ver de perto os personagens de Monteiro Lobato.*
Sítio do Pica Pau Amarelo, in Taubaté, where it is possible to see Monteiro Lobato's characters.
Sitio do Pica Pau Amarelo, en Taubaté, donde es posible ver de cerca a los personajes de Monteiro Lobato.

Outra boa sugestão de museu bem perto dali é o Solar do Barão e o o Museu da Companhia Paulista, em Jundiaí, com um dos mais importantes acervos ferroviários do Estado. A charmosa Santana de Parnaíba, com suas construções coloniais, concentra um dos mais importantes conjuntos arquitetônicos paulista.

Com foco na valorização da cultura caipira, o município de Pratânia possui atrativos culturais como o museu que homenageia as duplas caipiras Tonico & Tinoco e Pedro Bento & Zé da Estrada, além do espaço cultural Taquara-Póca, criado pelo escritor Francisco Marins, e que possui um rico acervo da história do tropeirismo na região. Já em Holambra, o destaque está na cultura holandesa impressa pelos imigrantes fundadores da cidade.

Distante 300 km da capital, Ribeirão Preto é um importante centro econômico da região e conta muito da história local através do Museu do Café, de suas sete capelas, do Quarteirão Paulista e da Catedral Metropolitana. Não deixe de conhecer a tradicional Chopperia Pinguim.

A 30 km dali fica a pequena Brodowski, cidade natal do Cândido Portinari. Na casa onde o pintor viveu sua infância, funciona hoje um museu com um incrível acervo de 20 murais. Em Barretos, famosa por sediar exposições agropecuárias e rodeios, vale a pena conhecer o Museu Histórico e Folclórico do Peão de Boiadeiro e a Catedral do Divino Espírito Santo, construída pelo mestre Pagani Fioravante.

Para quem quer saber mais sobre a cultura indígena do Estado, a dica é a cidade de Avaí, que conta com quatro aldeias. É possível adquirir artesanatos produzidos pelos indígenas a partir de materiais como penas, plumas, madeira, cerâmica e sementes.

11 *Estação ferroviária de Bananal foi construída em arquitetura metálica importada da Bélgica.*
Ferry station of Bananal was built in metalic structure imported from Belgium.
Estación ferroviaria de Bananal fue construida en arquitectura metálica importada de Bélgica.

12 *Museu Ferroviário de Araraquara tem grande importância histórica e conta as origens da cidade.*
Ferry Museum of Araraquara has big historical importance and tells the origin of the city.
Museo ferroviario de Araraquara tiene gran importancia histórica y cuenta los orígenes de la ciudad.

13 *Estação Centenária de Mairinque é considerada patrimônio histórico do Estado de São Paulo.*
Centenary Station of Mairinque is considered as a historical asset of São Paulo State.
Estación Centenaria de Mairinqué es considerada patrimonio historico del Estado de São Paulo.

14 *A arquitetura britânica da vila histórica de Paranapiacaba preserva uma réplica do Big Ben, em Santo André.*
The British architecture of historical village of Paranapiacaba maintains a replicate of the Big Ben, in Santo André.
La arquitectura británica de la villa histórica de Paranapiacaba preserva una réplica del Big Ben, en Santo André.

15 *Museu Ferroviário da Cia Paulista, em Jundiaí, conta com um acervo de cerca de 3000 peças.*
Ferry Museum of Cia Paulista, in Jundiaí, has a collection of approximately 3000 pieces.
Museo Ferroviario de Cia. Paulista en Jundaí, cuenta con una colección de alrededor de 3000 piezas.

Na região entre Campos do Jordão, São José dos Campos, Monteiro Lobato e Taubaté, encontramos uma área de grande influência de bandeirantes e tropeiros. Além de construções históricas, como fazendas e igrejas, uma boa sugestão para levar a criançada é o Sítio do Pica Pau Amarelo, em Monteiro Lobato. Em São Bento do Sapucaí é possível visitar uma pequena aldeia quilombola e participar de festas tradicionais da cultura afro que acontecem em julho.

As cidades de Arapeí, Areias, Bananal, Cunha, Queluz, Silveiras e São José do Barreiro integram o Circuito Vale Histórico, no Vale do Paraíba, que remonta ao período cafeeiro, entre os séculos XVIII e XIX. A região viveu décadas de prosperidade durante a primeira fase do café e a cidade de Bananal chegou a ser a mais rica da província de São Paulo.

Cansado? Calma, ainda tem mais. No litoral norte do Estado, mais precisamente em São Sebastião, há sete quarteirões históricos tombados, fazendas do tempo áureo da cana-de-açúcar e um dos maiores sítios arqueológicos do Brasil, o do bairro São Francisco. Situado a 260 m de altitude, abrigou uma rica fazenda de escravos entre os séculos XVIII e XIX e foi descoberto nos anos 90. A área total do sítio é de 1,2 km² e só pode ser visitado mediante a contratação de guias credenciados. Ubatuba também conta com uma comunidade quilombola no bairro de Camburi.

Cidades do litoral sul, como Itanhaém, Santos e São Vicente também oferecem passeios a interessantes monumentos arquitetônicos que reconstroem a trajetória dos primeiros colonizadores brasileiros.★

16 *A Maria Fumaça de 131 anos ainda trafega entre Paraguaçu Paulista a Sapezal, ida e volta, nos finais de semana.*
São Sebastião Festival, in São Luiz do Paraitinga.
Fiesta de São Sebastião, en São Luiz do Paraitinga

17 *Além das belezas naturais, Pedreira é conhecida como a capital da porcelana.*
In addition to its natural beauty, Pedreira is known as the capital of porcelain.
Además de las bellezas naturales, Pedreira es conocida como la capital de la porcelana.

Valued Past

São Paulo has many histories to tell, after all it has almost five centuries of official historical facts, stamped on monuments, buildings, constructions, and archeological sites. The popular culture is very rich, with different contributions of "caipiras", "caiçaras", remaining quilombolas, and imigrants from several nationalities. The big urban centers are excellent art producers and promoters. Having such characteristics, São Paulo State is one of the best destinations for historical-cultural tourism in the Country.

In São Paulo capital, there are numerous information. There are hundreds of establishments such as movie theaters, theaters, night clubs, libraries, shopping centers, cultural centers, concert venues with over 3000 places, and soccer stadiums. We can also add to that, several cultural events, popular festivals, and areas of historical heritage.

In addition to the large center of artistic manifestations, the city has architetonic references that goes from Jesuits' colonization, pioneers, to golden times of coffee and subsequent decades. Pateo do Collegio is considered the ground zero of São Paulo city history. That was the place where José de Anchieta and Manoel da Nóbrega built the first wattle and daub cabin, in 1554, to catequize native indigenous. Today, the site has a sacred art museum with monitored visits, a library with rare paitings and a restaurant.

In the downtown we also have Pinacoteca do Estado de São Paulo, a train station, and Luz Park, Municipal Theater, Sé Cathedral, and a not-to-miss tour combining gastronomy and history: a visit to the Municipal Market.

Colors, smells, and flavors mix up in this city, which is one of the main commercial warehouses in the Country, where you can find a great variety of fruit, seasonings, cheese, meat, and fish. The construction is dated from 1930, and has 22 thousand square meters in neoclassical style. Many visitors go there especially to taste the famous mortadella sandwich and pastel of codfish.

One of the latest and well preserved exemples of jesuit buildings of the State are located in the municipality of Embu das Artes, metropolitan region of São Paulo. The simplicity of straight lines draw Nossa Senhora do Rosário complexion, formed by a church and an ancient residence of priests, where currently is the Religious Art Museum. The city is also famous for its great concentration of artists and crafters.

In Americana, located approximately one-hour distant from the capital by car, the suggestion is to visit Santo Antônio Main Church, built in 1900 in neoclassical style. In São Roque, be sure to visit the old industry of Brasital, built in 1890, as well as the ancient ferry station and Sítio Antônio Chapel. A few minutes from there, in Araçariguama, we suggest you to visit Mina de Ouro [Gold Mine], which was discovered by the pioneers in 1590.

Still in this region, we highlight the architecture of Itu, its antique stores and especially the Republican Museum Convenção de Itu, where meetings that originated the Brazilian Republic Party were held.

In Amparo, pay careful attention to the architecture set of coffee period, besides the old "Companhia Mogiana de Estradas de Ferro". Jaguariúna, in its turn, maintains a significant ferry historical heritage and provides a tour on old train "Maria Fumaça".

Take your time to appreciate and visit the Main Church in the neighbor city of Pedreira, which is built in gothic style, between XIX and XX centuries, and the Historical and Porcelain Museums.

18 *Museu de História e Folclore, em Olímpia, um dos mais completos do com mais de 10.000 peças.*
Museum of History and Folklore, in Olímpia, one of the most complete with more than 10,000 pieces.
Museo de Historia y Folclore en Olimpia, uno de los más completos con más de 10000 piezas.

19 *O museu e o nome da cidade são uma homenagem a Santos Dumont, o Pai da Aviação, nascido ali.*
The museum and the name of the city are in honour of Santos Dumont, the father of aviation, who was born there.
El museo y el nombre de la ciudad son un homenaje a Santos Dumont, el padre de la aviación , nacido allí.

Another good museum which is very close to it is Solar do Barão and Companhia Paulista Museum, in Jundiaí, with one of the most important ferry collections of the State. The charming city of Santana de Parnaíba, with its colonial buildings concentrates one of the most important architecture collections of São Paulo.

Focused on valorizing "caipira" culture, the municipality of Pratânia has cultural attractions, such as a museum in honor of "caipira" group Tonico & Tinoco, and Pedro Bento & Zé da Estrada, besides the cultural space Taquara-Póca, created by writer Francisco Marins, and which has a rich collection of cattlemen history in the region. In Holambra, we can highlight the Dutch culture brought by immigrants who founded the city.

Distant 300 km from the capital, Ribeirão Preto is an important economic center of the region and tells a lot of the local history at the Coffee Museum, its seven chapels, Paulista Square and Metropolitan Cathedral. Do not miss the traditional Chopperia Pinguim.

The small city of Brodowsky, where Cândido Portinary was born, is 30 km distant from there. In the house where the painter grew up, today there is a museum with an incredible collection of 20 murals. In Barretos, famous for hosting agropecuary exhibitions and rodeos, you should not miss History Museum and Folcloric Museum of Peão Boiadeiro and Divino Espírito Santo Cathedral, built by master Pagani Fioravante.

For those who want to know more about Indigenous culture of São Paulo State, we suggest you to visit the city of Avaí, which has four Indigenous settlements. It is possible to buy handmade objects produced by Indigenous people using materials such as feather, plumes, wood, ceramics, and seeds.

In the region located between Campos do Jordão, São José dos Campos, Monteiro Lobato, and Taubaté, we find an area greately influenced by pioneers and cattlemen. Besides historical buildings, such as farms and churches, a good suggestion is to take children to Pica Pau Amarelo Farm, in Monteiro Lobato. In São Bento do Sapucaí, it is possible to visit a small quilombola settlement and participate of traditional festivals of afro-culture, which happens in July.

Cities of Arapeí, Areias, Bananal, Cunha, Queluz, Silveiras, and São José do Barreiro are part of Historical Valley Circuit, in Paraíba Valley, which is related to coffee period between XVIII and XIX centuries. The region had decades of prosperity during the first phase of coffee cultivation, and the city of Bananal was the richest within São Paulo province.

Are you tired yet? Take it easy, there is more to see. In the north coast of the State, more especifically in São Sebastião, there are seven historical blocks listed, farms dated from the sugar cane golden times and one of the largest archeological sites of Brazil, known as São Francisco district. It is located at 260m of altitude, and it hosted a rich farm of slaves during XVIII and XIX centuries and was discovered in the 90s. The total area of the farm is of 1.2 km2 and visitations are only allowed with credentiated tour guides. Ubatuba also has a quilombola community in Camburi district.

Cities of south coast, like Itanhaém, Santos, and São Vicente also offer tours to interesting architetonic monuments that show the trajectory of the first Brazilian colonizers.★

El pasado valorado

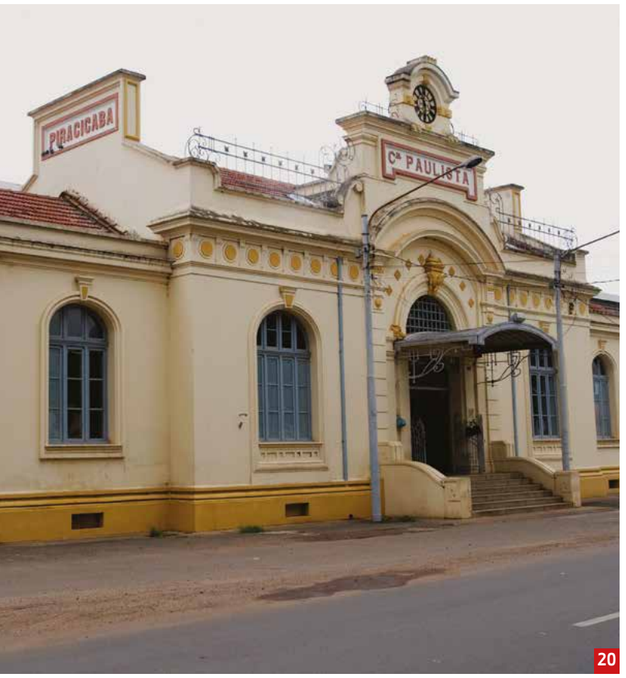
São Paulo tiene mucha historia para contar, después de todo, son casi cinco siglos de acontecimientos oficiales, estampados en monumentos, predios, construcciones y sitios arqueológicos. La cultura popular es muy rica, diversificada por la contribuición de "Caipiras", "Caiçaras", "Quilombolas" existentes e inmigrantes de diversas nacionalidades. Los grandes centros urbanos son excelentes productores y objeto de divulgación artística. A partir de esas características, el Estado de São Paulo aparece como uno de los mejores destinos del país para hacer turismo histórico-cultural.

En la metrópolis, hay un mundo de información. Centenas de establecimientos como cines, museos, teatros, casas nocturnas, bibliotecas, centros comerciales, centros culturales, casas de espectáculos, además de 300 lugares y estadios de fútbol. También podemos sumarle a todo eso, diversos eventos culturales, fiestas populares y áreas de patrimonio histórico.

Además de un gran centro de manifestaciones artísticas, la ciudad es un reducto de referencias arquitectónicas que van desde la colonización de los jesuitas, pasando por los bandeirantes a los tiempos gloriosos del café y décadas posteriores. El Pateo do Collegio es considerado el punto inicial de la historia de la ciudad. Fue allí donde los jesuitas José de Anchieta y Manoel da Nóbrega contruyeron la primera cabaña de adobe en 1554, para educar en la fe a los indios nativos. Hoy el lugar cuenta con un museo de arte sacro con visitas guiadas, una biblioteca con obras especiales y un restaurante.

Aún en el centro, tenemos la Pinacoteca del Estado de São Paulo ,la estación de tren y el Parque da Luz, el Teatro Municipal, La Catedral da Sé y un paseo imperdible que combina gastronomía e historia: la visita al Mercado Municipal.

Colores, aromas y sabores se mezclan en éste que es uno de los principales puestos comerciales del país, donde es posible encontrar una enorme variedad de frutas, condimentos, quesos, carnes y pescados. La construcción, de la década de 1930, tiene 22 mil metros cuadrados en estilo neoclásico. Muchos visitantes acuden especialmente para saborear los famosos sándwiches de mortadela y el pastel de bacalao.



Uno de los últimos y mejor preservados ejemplares de construcciones jesuíticas del estado está en el municipio de Embu das Artes, en la región metropolitana de São Paulo. La simplicidad de las líneas rectas diseñan el conjunto Nossa Senhora do Rosario, formado por una iglesia y una antigua

residencia de los sacerdotes, donde funciona el Museu de Arte Sacra. La ciudad también es famosa por la gran concentración de artistas plásticos y artesanos.

En Americana, a poco más de una hora de auto de la capital, la sugerencia es la Iglesia Matriz de Santo Antonio, construida en 1900 en estilo neoclásico. En São Roque, no deje de visitar la antigua fábrica de Brasital, construida en 1890, así como la antigua estación ferroviaria y la Capilla do Sitio Antônio. A pocos minutos de ahí, en Araçariguama, el dato es Mina de Ouro, patrimonio descubierto por los bandeirantes en 1590.

En la misma región se destaca el patrimonio arquitectónico de Itu, sus tiendas de antigüedades y especialmente el Museo Republicano Convenção de Itu, local de las reuniones que dieron origen al Partido Republicano Brasileño.

En Amparo, Se encuentra el acervo arquitectónico del período cafetero, además de la antigua Companhia Mogiana de Estradas de Ferro. Jaguariúna, por su lado, preserva un significativo patrimonio históricoferroviario y ofrece un paseo en el tren Maria Fumaça.

Aproveche para apreciar, en la vecina Pedreira, la Iglesia Matriz en estilo gótico, construida entre los siglos XIX y XX y el Museu Histórico y da Porcelana.

Otra buena sugerencia en cuanto a museos bien cerca de allí es el Solar do Barão y el Museu da Companhia Paulista, en Jundiaí, con uno de los más importantes acervos ferroviarios del estado. La elegante Santana de Parnaíba con sus construcciones coloniales, concentra uno de los conjuntos arquitectónicos paulistas más importantes.

Con el foco puesto en la valorización de la cultura caipira, el municipio de Pratania posee atractivos culturales como el museo que homenajea a las duplas caipiras Tonico & Tinoco y Pedro Bento & Zé da Estrada, además del espacio cultural Taquara-Póca, creado por el escritor

Francisco Marins, y que posee un rico acervo de la historia de los arrieros en la región. Ya en Holambra, se destaca la cultura holandesa marcada por los inmigrantes fundadores de la ciudad.

A 300 km de la capital, Ribeirão Preto es un importante centro económico de la región y cuenta mucho de la historia local a través del Museu do Café, de sus siete capillas, del Quarteirão Paulista y de la Catedral Metropolitana. No deje de conocer la tradicional Chopperia Pinguim.

A 30 km de allí queda la pequeña Brodowski, ciudad natal de Cândido Portinari. En la casa donde el pintor vivió su infancia, funciona hoy un museo con una obra increíble con 20 murales. En Barretos, famosa por celebrar exposiciones agropecuarias y rodeos, vale la pena conocer el Museu Histórico y Folclórico do Peão de Boiadeiro y la Catedral do Divino Espírito Santo, construída por el maestro Pagani Fioravante.

Para quien quiera saber más sobre la cultura indígena del estado, se aconseja visitar la ciudad de Avaí, que cuenta con cuatro aldeas. Es posible adquirir artesanías realizadas por los indígenas a partir de materiales como penachos, plumas, madera, cerámica y semillas.

En la región entre Campos do Jordão, São José dos Campos, Monteiro Lobato y Taubaté, encontramos un área de gran influencia de bandeirantes y arrieros. Ademas de construcciones históricas, como haciendas e iglesias, una buena sugerencia para llevar a los niños es el Sitio do Pica Pau Amarelo, en Monteiro Lobato. En São Bento do Sapucaí es posible visitar una pequeña aldea quilombola y participar de fiestas tradicionales de la cultura afro que tienen lugar en julio.

Las ciudades Arapeí, Areias, Bananal, Cunha, Queluz, Silveiras e São José do Barreiro integran el Circuito Vale Histórico, en el Vale do Paraíba, que remonta al período cafetero, entre los siglos XVII y XIX. La región vivió décadas de prosperidad durante la primera fase del café y la ciudad de Bananal llegó a ser la más rica de la provincia de São Paulo.

¿Cansado? Tranquilo, todavía hay más. En el litoral norte del estado, más precisamente en São Sebastião, hay siete manzanas históricas derrumbadas, haciendas del tiempo glorioso de la caña de azúcar y uno de los mayores sitios arqueológicos de Brasil, el del barrio São Francisco. Situado a 260 metros de altura, albergo una rica hacienda de esclavos entre los siglos XVIII y XIX y fue descubierto en los años 90.El área total del sitio es de 1,2 km2 y sólo puede ser visitado a través de guías acreditados. Ubatuba también cuenta con una comunidad quilombola (casas de esclavos) en el barrio de Camburi.

Ciudades del litoral sur, como Itanhaém, Santos y São Vicente también ofrecen paseos a interesantes monumentos arquitectónicos que reconstruyen la historia de los primeros colonizadores brasileños.★

20 *Centro Cultural Estação Paulista, em Piracicaba, é utilizado para manifestações artísticas.*
Cultural Center Estação Paulista, in Piracicaba, is used for artistic manifestations.
Centro Cultural Estación Paulista, en Piracicaba, es utilizado para manifestaciones artísticas.

21 *Centro Cultural Brasital foi construído em 1890 e remonta a imigração italiana na região de São Roque.*
Cultural Center Brasital was built in 1890 and is related to the Italian immigration in São Roque region.
Centro Cultural Brasital fue construido en 1890 y remonta a la inmigración italiana en la región de São Roque.

22 *Museu Paulista, em São Paulo, às margens do córrego onde foi declarada a Independência do Brasil.*
Paulista Museum, in São Paulo, by the side of the stream where the Independence of Brazil was declared.
Museo paulista en São Paulo, en las márgenes del arroyo donde fue declarada la independencia de Brasil.

23 *Pinacoteca do Estado, em São Paulo, começou a funcionar em 1911 com a 1ª Exposição Brasileira de Belas Artes.*
Pinacoteca do Estado, in São Paulo, started operating in 1911, with the 1st. Brazilian Exhibition of Beauty Arts.
Pinacoteca del estado, en São Paulo. Comenzó a funcionar en 1911 con la 1era. exposición brasileña de bellas artes.

24 *Mercado Municipal, o Mercadão, é um retrato de São Paulo como metrópole do café.*
Municipal Market, known as Mercadão, is a portrait of São Paulo as a coffee metropolis.
Mercado Municipal, o Mercadão, es un retrato de São 20 Paulo como metrópolis del café.

25 *Casa do Artesão, em Apiaí, preserva a cultura dos descendentes de quilombolas.*
Artisan's House, in Apiaí, preserves the culture of quilombolas' descendents.
La Casa del Artesano en Apiaí, preserva la cultura de los descendientes de quilombolas.

26 *Casa do Artesão reúne mais de 500 peças como figuras decorativas e utilitárias em Apiaí.*
Artisan's House comprises more than 500 pieces such as decorative figures and household aids in Apiaí.
La Casa del Artesano reúne más de 500 piezas como figuras decorativas y útiles en Apiaí.

27 *Casa do Figureiro, em Taubaté, reproduz tradição que chegou com os frades da Ordem São Francisco em 1674.*
Figureiro´s House, in Taubaté reproduces a tradition that arrived here with friars of Ordem São Franscisco, in 1674.
Casa do Figureiro, en Taubaté, reproduce la tradición que llegó con los frailes de la Orden São Francisco en 1674.

28 *Casa do Figureiro, em Taubaté, tem vasta coleção de imagens da Sagrada Família.*
Figureiro´s House, in Taubaté, has a vast collecttion of images of the Sacred Family.
Casa do Figureiro, en Taubaté, tiene una vasta colección de imágenes de la Sagrada Familia.

29 *Os figureiros de Taubaté produzem peças folclóricas, natalinas e sobre o cotidiano local.*
Artisans of Taubaté produce folk pieces, Christmas decorations, and pieces about local daily life.
Los escultores de Taubaté producen piezas folclóricas, natalinas y sobre lo cotidiano local.

30 *Os figureiros de Taubaté produzem peças folclóricas, natalinas e o sobre o cotidiano local.*
Artisans of Taubaté produce folk pieces, Christmas decorations, and pieces about local daily life.
Los escultores de Taubaté producen piezas folclóricas, natalinas y sobre lo cotidiano local.

31 *Na Vínicola Góes, em São Roque, é possível participar da produção do vinho e degustá-lo.*
At Vinícola Góes, in São Roque, it is possible to participate in wine production and taste it.
En la Vínicola Góes, en São Roque, es posible participar de la producción de vino y degustarlo.

32 *Espaço Arte no Quilombo chama a atenção dos visitantes em São Bento do Sapucaí.*
Espaço Arte in Quilombo draws attention of visitors in São Bento do Sapucaí.
Espaço Arte no Quilombo llama la atención de los visitantes en São Bento do Sapucaí.

33 *Vista do Coreto, em São Luiz do Paraitinga, durante a Festa do Divino.*
View of Coreto, in São Luiz do Paraitinga, during the Divine's Festival.
Vista del mirador, en São Luiz do Paraitinga, durante la Festa do Divino.

34 *Estrada de Ferro Campos do Jordão*
Windows during the Divine's Festival, in São Luiz do Paraitinga.
Ventanas en São Luiz do Paraitinga, durante la Festa do Divino

35 *Memorial Kasato Maru, em Mogi das Cruzes, homenageia os imigrantes japoneses que chegaram em 1908.*
Kasato Maru Memorial, in Mogi das Cruzes, was built in honour of Japanese imigrants that arrived in 1908.
Memorial Kasato Maru,en Mogi das Cruzes, es un homenaje a los inmigrantes japoneses que llegaron en 1908.

36 *Museu Casa de Portinari, situado na residência onde o pintor viveu na cidade de Brodowski.*
Portinari's House Museum, located in the residence where the painter lived in the city of Brodowski.
Museo Casa Portinari, situado en la residencia donde vive el pintor, en la ciudad de Brodowski.

35

37

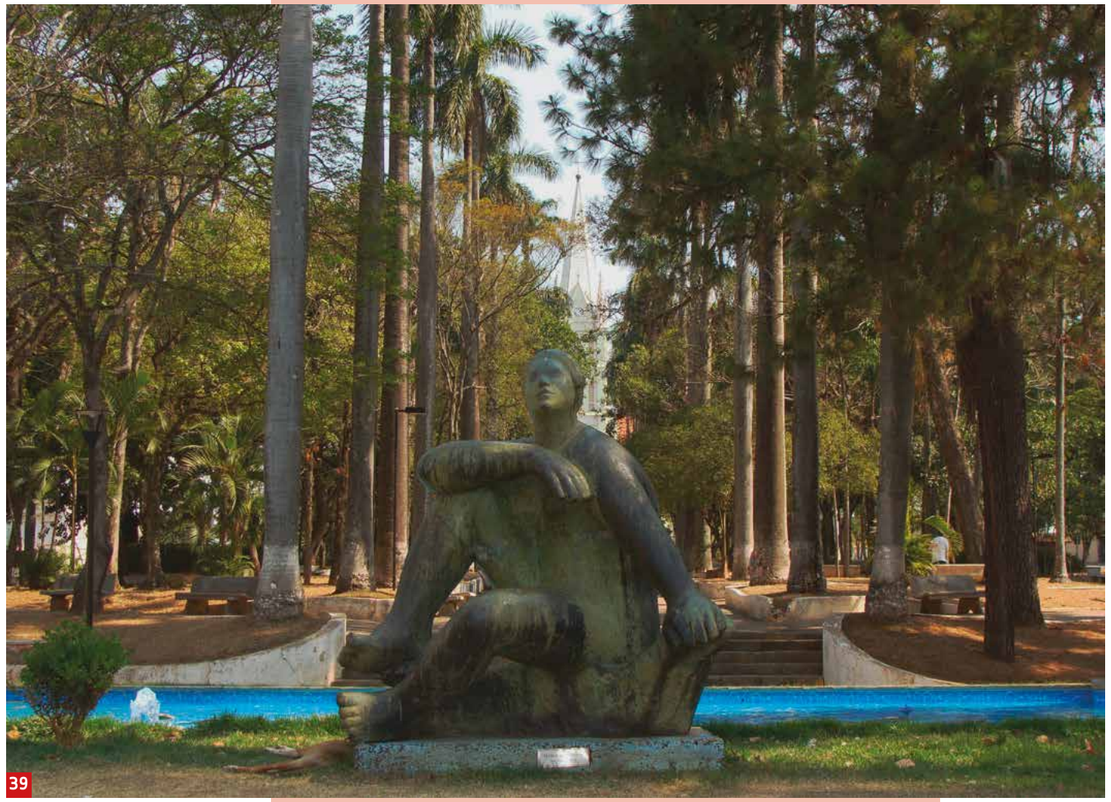
36

37 *Fonte Bom Jesus, em Monte Alegre do Sul, é famosa pelas águas reconhecidas por propriedades terapêuticas.*
Bom Jesus Fountain, in Monte Alegre do Sul, is famous for its water, acknowledged as having therapeutic properties.
Fuente Bom Jesús, en Monte Alegre do Sul, es famosa por las aguas reconocidas por tener propiedades terapéuticas.

38

38 *Olímpia sempre prestigiou o folclore brasileiro e recebe encontros internacionais todos os anos no mês agosto.*
Olímpia has always esteemed the Brazilian folk and every year it hosts international meetings in August.
Olimpia siempre valoró el folclore brasileño y recibe encuentros internacionales todos los años en al mes de agosto.

39 *A mulher de Mococa é homenageada com a estátua na Praça Marechal Deodoro, em Mococa.*
Mococa's woman is honoured with a statue in Marechal Deodoro Square, in Mococa.
La mujer de Mococa es homenajeada con la estatua en la plaza Marechal Deadoro, en Mococa.


39

40 *Corpus Christi, em Santana de Parnaíba, movimenta a comunidade durante montagem dos tapetes de serragem.*
Corpus Christi, in Santana de Parnaíba, drives the community during the assembling of sawdust carpets.
Corpus Christi, en Santana de Parnaíba, moviliza a la comunidad durante el montaje de los tapetes de aserrín.

40

41 *Museu Mazzaropi, em Taubaté.*
Mazzaropi Museum, in Taubaté.
Museo Mazzaropi, en Taubaté.

41

42

42 *A Casa Euclidiana foi residência de Euclides da Cunha entre 1898 e 1901, em São José do Rio Pardo.*
Casa Euclidiana was the residence of Euclídes da Cunha, from 1898 and 1901, in São José do Rio Pardo.
La Casa Euclidiana fue residencia de Euclides da Cunha entre 1898 y 1901, en São José do Rio Pardo.

43

44

45

43 *A estação de trem de Amparo deu lugar para o Espaço Cultural e abriga os artesanatos dos moradores.*
Amparo's train station was replaced by Cultural Space and nowadays it has craft works from local residents.
La estación de tren de Amparo dejó lugar para el Espacio Cultural y alberga las artesanías de los moradores.

44 *Engenho Central: é uma riqueza histórica que no passado pertenceu ao "rei do café", em Sertãozinho.*
Engenho Central is a historical treasure that belonged to the "king of coffee", in Sertãozinho.
Engenho Central: es una riqueza histórica que en el pasado perteneció al "rey del café", en Sertãozinho.

45 *Museu Histórico de Barra Bonita é um edifício construído na praça principal da cidade.*
History Museum of Barra Bonita is a building that was built in the city's main square.
El Museo histórico de Barra Bonita es un edificio construido en la plaza principal de la ciudad.

46 *Museu do Folclore resgata as manifestações folclóricas da região de São José dos Campos.*
The Folk Museum recovers folk manifestations from São José dos Campos region.
Museo del Folclore rescata las manifestaciones folclóricas de la región de São José dos Campos.

46

47

49

48

47 *Theatro Pedro II, em Ribeirão Preto, é o terceiro maior de ópera do Brasil, comportando até 1580 pessoas.*
Theatro Pedro II, in Ribeirão Preto, is the third largest opera of Brazil, with seats to up to 1580 people.
Theatro Pedro II, en Ribeirão Preto, es el tercero mas grande dede ópera de Brasil, con capacidad de hasta 1580 personas.

48 *Casa do Povoador, em Piracicaba, foi construída em pau a pique com bases de pedra, em 1767.*
Casa do Povoador, in Piracicaba, was built in wattle and daub on a rocky base, in 1767.
Casa do Povoador, en Piracicaba, fue construida en adobe con base de piedra en 1767.

49 *Na antiga Casa da Câmara, em Areias, fica a estátua de Monteiro Lobato, que ali trabalhou.*
In the ancient House of Chamber, in Areias, you can see Monteiro Lobato's statue, who worked there.
En la antigua Casa da Cámara, en Areias, se encuentra la estatua de Monteiro Lobato, que allí trabajó.

Devagar se vai ao longe

Caminhar, seja em lugares em meio à mata virgem, ou em trilhas usadas pelas civilizações passadas, ou ainda em caminhos por onde passaram nomes que são hoje referência religiosa e histórica. Para os turistas que adoram trilhas, esforço não é problema. Mas não só os bem preparados têm vez nesse tipo de passeio, visto que há trilhas de níveis fácil, médio e alto, acessíveis a todas as faixas etárias. O Estado de São Paulo conta hoje com 40 trilhas catalogadas pela Secretaria do Meio Ambiente, inseridas em Unidades de Conservação do Estado, além de caminhos e circuitos desenhados pela Secretaria de Turismo do Estado.

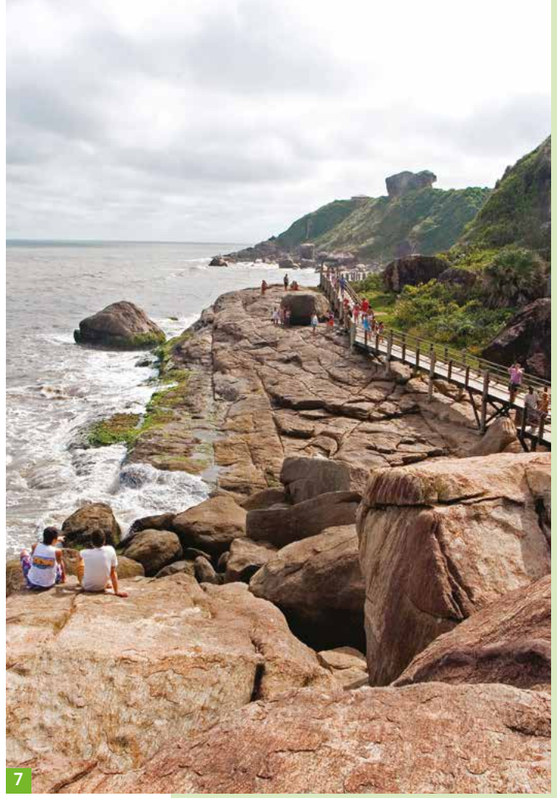
No sudoeste do Estado, na região do Pontal do Paranapanema, temos o Morro do Diabo com uma belíssima trilha que teve seu caminho reestruturado em 2012, passando por melhorias do piso, drenagem, rampas, escadas e instalação de corrimões, tudo para ampliar a segurança dos visitante. Já no litoral temos o Circuito Costa da Mata Atlântica, com atrações nas cidades de Bertioga, Cubatão, Guarujá, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe, Praia Grande, Santos e São Vicente, que contam com a rota peregrina Passos dos Jesuítas, da qual abrange todo o litoral e pode ser percorrida a pé ou de bicicleta.

1 *Ruínas da Lagoinha são resquícios do século XIX, na Fazenda Bom Retiro, em Ubatuba.*
Lagoinha's Ruins are remainings of century XIX, in Bom Retiro Farm, in Ubatuba.
Las Ruinas da Lagoinha son resquicios del siglo XIX, en la hacienda Bom Retiro, en Ubatuba.

2 *Trilhas e caminhos a cavalo em fazendas da região de Socorro.*
Trails and horseback ridings in farms of Socorro region.
Senderos y caminos a caballo en haciendas de la región de Socorro.

3 *Trilhas que atravessam matas e riachos.*
Trails crossing forests and streams.
Senderos que atraviesan selvas y riachos.

4 *O Anu Branco possui um canto inconfundível. A espécie é vista com frequência na Serra da Bocaina.*
White Ani has a unique twitter. This species is frequently seen at Serra da Bocaína
El Anu Branco posee un canto inconfundible. La especie es vista con frecuencia en la Serra da Bocaina.



5 *Orquídeas: muito comuns na Serra da Bocaina, em Areias.*
Very common orchids in Serra da Bocaina, in Areias.
Orquídeas muy comunes en Serra da Bocaina, en Areias.

6 *Trilha das Árvores Gigantes é o principal atrativo do parque em Porto Ferreira.*
"Árvores Gigantes" Trail is the main attraction of the park in Porto Ferreira.
Senderos "Árvores Gigantes" es el principal atractivo del parque en Porto Ferreira.

7 *Cama de Anchieta, onde o beato descansava e encontrava inspição para poemas, em Itanhaém.*
"Cama de Anchieta" (Anchieta´s bed) where the blessed man used to rest and found inspiration for poems, in Itanhaém.
Cama de Anchieta, donde el beato descansaba y encontraba inspiración para sus poemas, en Itanhaém.

Para quem curte o visual da serra, outra boa sugestão é o Circuito da Mantiqueira, que abrange sete cidades do Vale do Paraíba, entre elas Campos do Jordão, Pindamonhangaba e o distrito de São Francisco Xavier. Na cidade de Piquete, vale muito uma visita ao Pico dos Marins, com 2422 m de altitude, ou à Estação Ferroviária Rodrigues Alvez para tirar belas fotografias de recordação. Também vale uma visita à Pedra do Baú, em São Bento do Sapucaí.

Em Pindamonangaba, uma boa ideia é a visita à Reserva Ecológica do Trabijú e aos palacetes e igrejas da cidade. Em Santo Antônio do Pinhal, a dica é ir ao Jardim dos Pinhais Eccoparque e aos mirantes do Cruzeiro e Nossa Senhora Auxiliadora. Além da beleza natural e do clima ameno da região, as cidades são repletas de atividades de ecoturismo, culturais, e contam com ótimas opções de hospedagem e uma rica gastronomia.

São Paulo é também um Estado muito procurado por trilheiros interessados na vertente religiosa da atividade. Devotos de Frei Galvão percorrem a Rota Franciscana-Frei Galvão, formada por cinco caminhos que passam por 30 cidades das regiões do Vale do Paraíba, Serras e Alto Tietê-Cantareira onde é possível conhecer a vida e o legado cultural do missionário.

O município de Águas de São Pedro apresenta ainda a versão nacional do famoso Caminho de Santiago de Compostela, na Espanha, chamado Caminho do Sol, um longo percurso destinado à introspecção e reflexão. São 241 km entre as cidades de Santana de Parnaíba e Águas de São Pedro e leva 11 dias para ser percorrido, a pé ou de bicicleta. Quase todo o caminho é entrecortado por fazendas. Também inspirada no caminho espanhol, há a rota conhecida como Caminho da Fé, que conta com cinco pontos de partida: Cravinhos, Mococa, Divinolândia, São Carlos e Aguaí, todos rumo ao Santuário Nacional de Aparecida.

Em Santana de Parnaíba aventureiros partem rumo à Rota dos Bandeirantes, caminho usado pelos desbravadores do interior do Estado de São Paulo a partir a segunda metade do século XVII, passando por Pirapora do Bom Jesus, Araçariguama, Cabreúva, Itu, Porto Feliz e Tietê. Uma viagem pela história do Estado, que passa por museus, fazendas, trilhas e ainda conta com a saborosa gastronomia caipira.

Com foco na história, a Trilha do Ouro, inserida dentro do Parque Nacional da Serra da Bocaina, nos limites de São Paulo e Rio de Janeiro, revive os tempos

8 *Portal Místico do Morro Paranambuco, onde esotéricos recarregam as energias em Itanhaém.*
Mystic Portal of Morro Paranambuco, where mystical people fill their energies in Itanhaém.
Portal Místico del Morro Paranambuco, donde los esotéricos renuevan energías en Itanhaém.

9 *Parque Centenário inaugurado às margens do rio Tietê, em Mogi das Cruzes.*
Centenário Park was launched by Tietê river, in Mogi das Cruzes.
Parque Centenario inaugurado en las márgenes del Rio Tietê, en Mogi das Cruzes.

10 *Parque Reino das Águas Claras é uma opção de lazer nas tardes quentes de Pindamonhangaba.*
Reino das Águas Claras Park is a leisure option in hot afternoons of Pindamonhangaba.
Parque Reino das Águas Claras es una opción de recreación en las tardes calientes en Pindamonhangaba.

da exploração das minas (Minas Gerais, Goiás e Mato Grosso) e o transporte dos minérios por terras paulistanas. O caminho percorre a Estrada Real, construída pelos escravos entre os séculos XVII e XIX para interligar os Estados de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais.

Nessa mesma região, há outros dois circuitos de tirar o fôlego pela beleza rural e vivência da época das ricas fazendas de café. O Circuito Vale Histórico, ou Roteiro Caminhos da Corte, inclui as cidades de Arapeí, Areias, Cunha, Bananal, Queluz, São José do Barreiro e Silveiras. O turista pode optar por cavalgadas, caminhadas e banhos de cachoeira, visitar fazendas seculares preservadas e se hospedar nelas, o que é ainda mais incrível. Já o Circuito Rota da Liberdade abrange 15 municípios e é focado na história do negro africano no Brasil. É um circuito de projeção internacional, reconhecido pela UNESCO.★

11 *Represa de Redenção sobre os rios Paraibuna e Paraitinga, em Redenção da Serra.*
Redenção Dam on Paraibuna and Paraitinga rivers in Redenção da Serra.
Represa de Redenção sobre los ríos Paraibuna y Paraitinga, en Redenção da Serra.

12 *Recanto do Américo-Pau d'Alho às margens do Rio Paraíba do Sul, em Guararema.*
Recanto do Américo - Pau d'Alho by the side of Paraíba do Sul River, in Guararema.
Recanto de Américo-Pau d'Alho en las márgenes del río Paraíba do Sul, en Guararema.

13 *Jardim Takefu é um jardim em homenagem à amizade entre São Miguel Arcanjo e Takefu, no Japão.*
Takefu Garden is in honour of the friendship between São Miguel Arcanjo and Takefu, in Japan.
Jardin Takefu es un jardin en homenaje a la amistad entre San Miguel Arcangel y Takefu, en Japón.

14 *Parque Municipal Roberto Burle Marx dispõe de uma grande área verde em São José dos Campos.*
Municipal Park Roberto Burle Marx has a vast green area in São José dos Campos.
Parque Municipal Roberto Burle Marx dispone de una gran área verde en São José dos Campos.

15 *Paredão Salitroso, no Parque das Monções, tornou-se um museu natural de observação em Porto Feliz.*
The "Paredão Salitroso", in Monções Park became a natural observational museum in Porto Feliz.
"Paredão Salitroso" en el Parque das Monções, se convertió en un museo natural de observación en Porto Feliz.

Step by step you walk a long distance

Walking, either in the middle of virgin forest, or trails used by ancient civilization, or even walking on the same roads our ancestors walked and that nowadays are considered as religious and historical references. For tourists who are into trails, the effort is not a problem. However, this kind of tour is not exclusive to trained visitors, as there are low, medium, and high level trails,

accessible for people of all ages. São Paulo State currently has 40 trails listed by the Environmental Secretariat located in State Conservation Units, in addition to trails and circuits designed by the State Tourism Secretariat.

In the State Southeast, in the region of Pontal do Paranapanema, it is located Morro do Diabo (Devil's Hill) with a breathtaking trail that was restructured in 2012 with improvements made to the flooring, draining system, ramps, staircases, and installation of handrails, all of that to improve visitor's safety. On the coast, there is the "Costa da Mata Atlântica" Circuit, with attractions in the cities of Bertioga, Cubatão, Guarujá, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe, Praia Grande, Santos, and São Vicente, which has Passos dos Jesuítas pilgrim journey, comprising the whole coast and which can be made either by bike or on foot.

For those who enjoy the mountain landscape, another good suggestion is Mantiqueira Circuit, which comprises seven cities of Vale do Paraíba, such as Campos do Jordão, Pindamonhangaba, and the district of São Francisco Xavier. In the city of Piquete, it is worth it to visit Pico dos Marins, which is located at 2422 meters of altitude, or Rodrigues Alvez Ferry Station to take beautiful

pictures. It is also worth it to visit Pedra do Baú, in São Bento do Sapucaí.

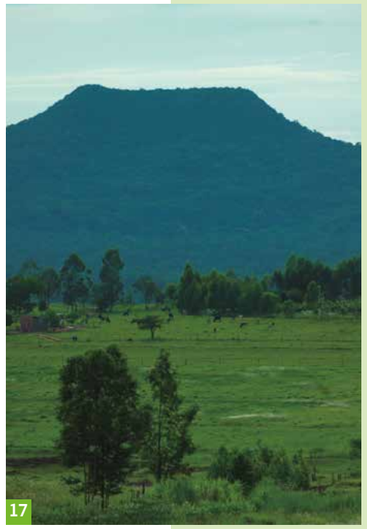
In Pindamonhangaba, a good idea is to visit Trabijú Ecological Reserve and the city's small palaces and churches. In Santo Antônio do Pinhal, we recomend a visit to Jardim dos Pinhais Ecopark, Cruzeiro and Nossa Senhora Auxiliadora observation decks. In additiion to the natural beauty and mild climate of the region, the cities are full of ecotourist, cultural activities, and they also have great options of accomodations and a rich gastronomy.

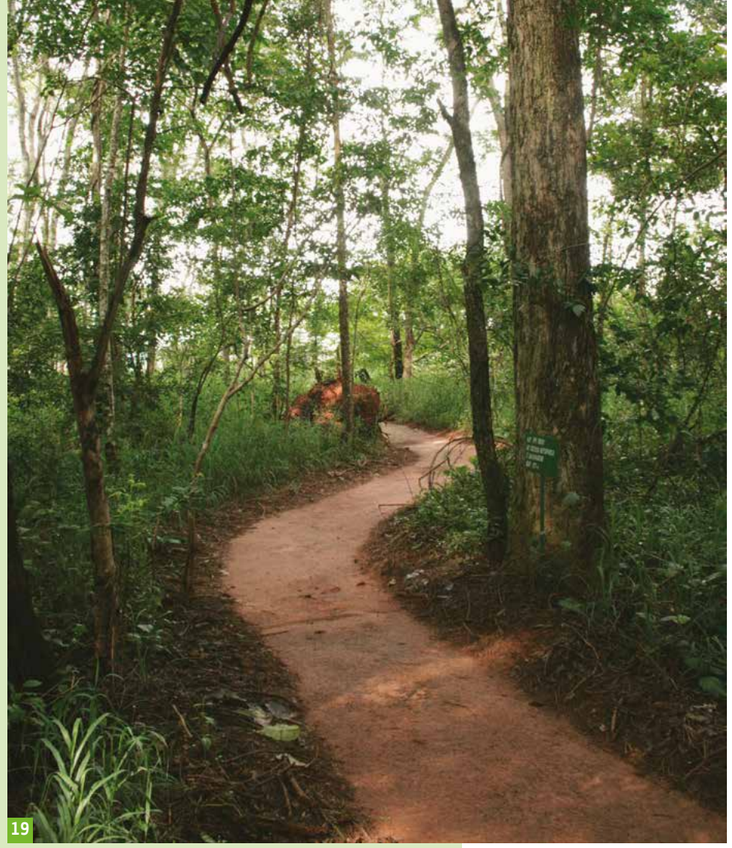
16 *Macaco no Parque Estadual Morro do Diabo, em Teodoro Sampaio, que abriga espécies da fauna silvestre.*
Monkey in State Park Morro do Diabo, in Teodoro Sampaio, which is the house of species of silvester fauna.
Mono en el Parque Estadual Morro do Diabo, en Teodoro Sampaio, que posee especies de fauna silvestre.

17 *Parque Estadual Morro do Diabo, em Teodoro Sampaio, no Pontal do rio Paranapanema.*
State Park Morro do Diabo, in Teodoro Sampaio, in the extremity of Paranapanema river.
Parque Estadual Morro do Diabo, en Teodoro Sampaio, en el Pontal del río Paranapanema.

18 *Aquário Municipal, em Santos, reúne mais de 4.000 de espécies marinhas.*
Municipal Aquarium, in Santos, has more than 4,000 marine species.
Acuario municipal en Santos, reúne más de 4000 especies marinas.

16


17


19

19 *Trilha Ecológica de Mira Estrela é uma excelente opção para quem gosta de fazer caminhadas.*
Ecological trail of Mira Estrela is an excellent option for those who enjoy hiking.
Sendero ecológico de Mira Estrela es una excelente opción para quien gusta de hacer caminatas.

18

20

21

22

20 *Balneário Água Santa: procurado por quem quer ficar em harmonia com a natureza, em São José do Barreiro.*
Balneário Água Santa: popular among those who want to be in harmony with nature, in São José do Barreiro.
Balneario Água Santa: buscado por quien quiere estar en armonia con la naturaleza, en São José do Barreiro.

21 *Pouso dos Romeiros, em Araçariguama, conta com área de descanso para os romeiros.*
Pouso dos Romeiros, in Araçariguama has a resting area for romeiros.
Pouso dos Romeiros, en Araçariguama, cuenta con área de descanso para los peregrinos.

22 *Cachoeira Grande foi cenário de filmes de Mazzaropi e campanhas publicitárias em Lagoinha.*
The "Cachoeira Grande" waterfall, was a landscape for Mazzaropi's films and publicity campaigns in Lagoinha.
La cascada "Cachoeira Grande" fue escenario de filmes de Mazzaropi y campañas publicitarias en Lagoinha.

São Paulo is also a State that is popular among hikers interested in the religious segment. Frei Galvão followers go through the Franciscan Route-Frei Galvão, which is formed by five routes passing trough 30 cities in the region of Vale do Paraíba, Mountains, and Alto Tietê-Cantareira, where it is possible to learn about the life and cultural legacy of the missionary.

The municipality of Piquete has also a national version of the famous Santiago de Compostela's Route, in Spain, and which is known as the Rota do Sol, a long way destined to introspection and reflexion. There are 241 km from Santana de Parnaíba to Águas de São Pedro and it takes 11 days to get to the final destination, on foot or by bike. In almost all of the way you can find farms. Also inspired by the Spanish route, there is a route known as "Caminho da Fé" (the Faith Route), which has five start points: Cravinhos, Mococa, Divinolândia, São Carlos, and Aguaí, all of them leading to the National Sanctuary of Aparecida.

In Santana do Parnaíba adventurers take the "Rota dos Bandeirantes" (Pionner´s Route) which was used by São Paulo State countryside pioneers from the second half of XVII century, passing by Pirapora do Bom Jesus, Araçariguama, Cabreúva, Itu, Porto Feliz, and Tietê. A journey through the history of the State, which passes by museums, farms, trails, and where you can also taste the delicious "caipira" gastronomy.

Focused on the "Trilha do Ouro" (The Gold Route) within the National Park of Serra da Bocaína, in the borderline of São Paulo and Rio de Janeiro States, one can revive mine exploring times (Minas Gerais, Goiás, and Mato Grosso) and the transportation of minerals throughout São Paulo. This route follows the "Caminho Real" (Royal Road), built by slaves between XVII and XIX centuries linking the States of São Paulo, Rio de Janeiro and Minas Gerais.

In this region, there are two other circuits that are breathtaking for their rural beauty and life at the time of the rich coffee farms: "Circuito Vale Histórico" (Historical Valley Circuit), or "Roteiro Caminhos da Corte" (Court Path Route), includes the cities of Arapeí, Areias, Cunha, Bananal, Queluz, São José do Barreiro, and Silveiras. The tourist can choose among horseback riding, hikings, and waterfall baths, visiting preserved secular farms and spending nights there,

which makes it even more incredible. "Circuito Rota da Liberdade" (Freedom Route) comprises 15 municipalities and is focused on the history of Africans in Brazil. This is an internationally awarded circuit, acknowledged by UNESCO.★

Despacio se llega más lejos

Caminar, sea en lugares en medio de la selva virgen, o en senderos usados por las civilizaciones pasadas, o aún en caminos por donde pasaron nombres que hoy son referencia histórica y religiosa. Para los turistas que adoran los senderos, el esfuerzo no es un problema. Pero no solo los bien entrenados tienen lugar en este tipo de paseo, ya que hay senderos de nivel fácil, medio y alto, accesibles a todas las edades. El estado de São Paulo cuenta hoy con 40 senderos catalogados por la Secretaría de Medio Ambiente, insertas en Unidades de conservación del estado, además de caminos y circuitos diseñados por la Secretaria de Turismo del Estado.

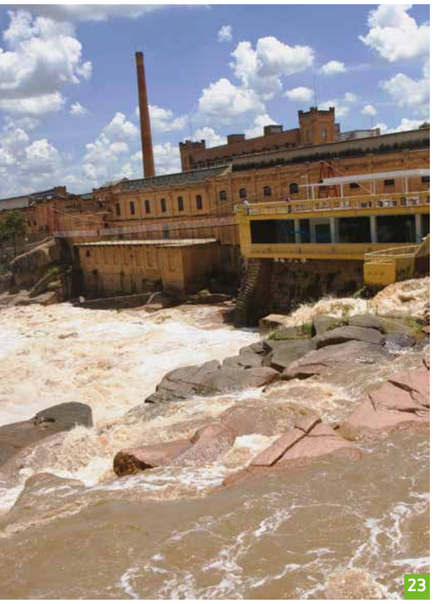
En el sudoeste del estado, en la región de Pontal do Paranapanema, tenemos el Morro do Diabo con un bellísimo sendero que fue reestructurado en 2012, que incluyó mejorías del suelo, drenajes, rampas, escalinatas e instalación de pasamanos, todo para mejorar la seguridad de los visitantes. Ya en el litoral se encuentra el Circuito da Mata Atlântica, con atracciones en las ciudades de Bertioga, Cubatão, Guarujá, Itanhaém, Mongaguá, Peruíbe, Praia Grande, Santos e São Vicente, que cuentan con la ruta peregrina Passos dos Jesuítas, que abarca todo el litoral y puede ser recorrida a pié o en bicicleta.

Para quienes disfrutan de la vista de las sierras, otra buena sugerencia es el Circuito da Mantiqueira, que abarca siete ciudades del Vale do Paraíba, entre ellas Campos do Jordão, Pindamonhangaba y el distrito de São Francisco Xavier. En la ciudad de Piquete, vale la pena una visita al Pico dos Marins, con 2422 metros de altura, o la estación ferroviaria Rodrigues Alvez para sacar buenas fotografías de recuerdo. También vale una visita a la Pedra do Baú, en São Bento do Sapucaí.

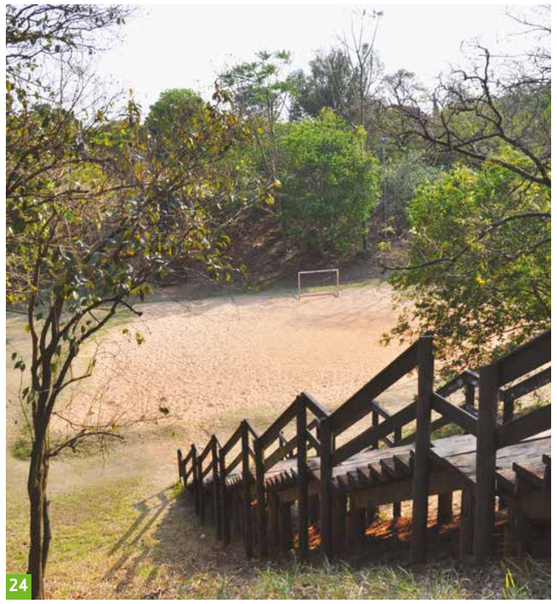
En Pindamonhangaba, una buena idea es visitar la Reserva Ecológica do Trabijú Y los palacetes e iglesias de la ciudad. En Santo Antônio do Pinhal, el consejo es ir al Jardim dos Pinhais Eccoparque y a los miradores do Cruzeiro y Nossa Senhora Auxiliadora. Además de la belleza natural y el clima ameno de la región, las ciudades están repletas de actividades de ecoturismo y culturales y cuentan con óptimas opciones de hospedaje y una rica gastronomía.

São Paulo es también un estado muy buscado por caminantes interesados en la religión. Devotos de Frei Galvão recorren la ruta franciscana Frei Galvão, formada por cinco caminos que pasan por 30 ciudades de las regiones del Vale do Paraíba, Serras y Alto Tietê-Cantareira donde es posible conocer la vida y el legado cultural del misionero.

El municipio de Piquete presenta la versión nacional del famoso camino de Santiago de Compostela de España,aquí llamado Caminho do Sol,un largo recorrido destinado a la introspección y reflexión. Son 241 km entre las ciudades de Santana de Parnaíba y Águas de São Pedro y toma 11 días para ser recorrido a pie o en bicicleta. Casi todo el camino es entrecortado por haciendas.



23 *Complexo Turístico da Cachoeira do Salto.*
Tourism Complex of Cachoeira do Salto waterfall.
Complejo turístico de Cachoeira do Salto.



24 *Parque Buracão, em Assis, é procurado para descansar, jogar futebol ou fazer caminhada.*
Buracão Park, in Assis, is good for resting, playing soccer, or hiking.
Parque Buracão, en Assis, es buscado para descansar, jugar fútbol o hacer caminatas.

25 *Forte de São João, em Bertioga, possui salas temáticas que contam as passagens de José de Anchieta e Hans Staden pela região.*
São João Fortress, in Bertioga, has thematic rooms that tell the passages of José de Anchieta and Hans Staden in the region.
Fuerte de São João, en Bertioga, posee salas temáticas que cuentan el paso de José de Anchieta y Hans Staden por la región.

26

27

28

26 *A Vila Belmiro, em Santos, é de 1916 e pertence ao Santos F.C., time onde jogou Pelé, "Rei do Futebol".*
Belmiro Village, in Santos, is dated 1916 and belongs to Santos F.C. team where Pelé, "King of Soccer" played.
La Vila Belmiro, en Santos, es de 1916 y pertenece a Santos F.C., equipo en el que jugó Pelé, "Rey del futbol".

También inspirada en el camino español, está la ruta conocida como Caminho da Fé, que cuenta con cinco puntos de partida: Cravinhos, Mococa, Divinolândia, São Carlos y Aguaí, todos rumbo al Santuário Nacional de Aparecida.

En Santana de Parnaíba aventureros parten rumbo a la Rota dos Bandeirantes,camino usado por los pioneros del interior del estado de São Paulo a partir de la segunda mitad del siglo XVII, pasando por Pirapora do Bom Jesus, Araçariguama, Cabreúva, Itu, Porto Feliz y Tietê. Un viaje por la historia del estado, que pasa por museos, haciendas, senderos y además con la sabrosa gastronomía caipira.

Con foco en la historia,el camino Trilha do Ouro, inserto dentro del Parque Nacional de Serra da Bocaina, en los límites de São Paulo y Rio de Janeiro, revive los tempos de exploración de las minas (Minas Gerais, Goiás e Mato Grosso) y el transporte de los mineros por tierras paulistas. El camino recorre la Estrada Real, construida por los esclavos entre los siglos XVII y XIX para comunicar los estados de São Paulo, Rio de Janeiro y Minas Gerais.

En esa misma región, hay otros dos circuitos que deslumbran por la belleza rural y vivencia de época de las ricas haciendas de café. El circuito Vale Histórico, El recorrido Caminhos da Corte, incluye las ciudades de Arapeí, Areias, Cunha, Bananal, Queluz, São José do Barreiro y Silveiras. El turista puede optar por cabalgatas, caminatas y baños en cascadas, visitar haciendas seculares preservadas y, lo que es aún más increíble, hospedarse en ellas. El circuito Rota da Liberdade abarca 15 municipios y se enfoca en la historia de los negros africanos en Brasil. Es un circuito de proyección internacional, reconocido por la UNESCO.★

27 *Na Ilha do Cardoso, em Cananeia, os botos-cinza se aproximam dos barcos na travessia e atraem turistas.*
Cardoso Island, in Cananeia, grey-nose dolphins get close to boats and attract tourists.
En la isla de Cardoso, en Cananeia, delfines se aproximan a los barcos de travesia y atraen a los turistas.

28 *Vista da cidade de Areias, localizada na Serra da Bocaina, divisa entre São Paulo e Rio de Janeiro.*
View of Areias city, located in Serra da Bocaina, in the border of São Paulo and Rio de Janeiro States.
Vista de la ciudad de Areias, localizada en Serra da Bocaina, división entre São Paulo y Río de Janeiro.

29

29 *Caminho do Sol tem início em Santana de Parnaíba e se encerra em Águas de São Pedro.*
Caminho do Sol starts in Santana de Parnaíba and ends in Água de São Pedro.
Caminho do Sol comienza en Santana de Parnaíba y termina en Águas de São Pedro.

30 *Gruta Nossa Senhora de Lourdes, em Monteiro Lobato, é uma manifestação da devoção popular à santa.*
Nossa Senhora de Lourdes Cave, in Monteiro Lobato, is a manifestation of popular devotion to the saint.
Gruta Nossa Senhora de Lourdes, en Monteiro Lobato, es una manifestación de la devoción popular a la Santa.

31 *Represa de Paraibuna, em Natividade da Serra, incrustada em meio à Mata Atlântica.*
Paraibuna Dam, in Natividade da Serra, in the middle of the Atlantic Forest.
Represa de Paraibuna, en Natividade da Serra,incrustada en medio de la Mata Atlântica.

30

31

32

33

32 *Portal dos Romeiros, em Pirapora do Bom Jesus, localizado às margens do rio Tietê.*
Portal dos Romeiros, in Pirapora do Bom Jesus, located by Tietê river.
Portal dos Romeiros, en Pirapora do Bom Jesus, localizado en las márgenes del rio Tietê.

33 *Parque Municipal do Lago Azul, habitado por inúmeras garças, em Rio Claro.*
Municipal Park of Lago Azul, inhabited by several herons, in Rio Claro.
Parque Municipal Lago Azul, habitado por innumerables garzas en Río Claro.

34 *Parque Ecológico Nelson Lorena, em Cachoeira Paulista, tem área de 15230 m².*
Ecological Park Nelson Lorena, in Cachoeira Paulista, has an area of 1530m².
Parque Ecológico Nelson Lorena, en Cachoeira Paulista, tiene un área de 15230 m².

34

35 *Gavião na Estrada do Monjolo, em Cunha, oferece uma biodiversidade impressionante.*
Sparrow Hawk in Monjolo Road, in Cunha, has an impressive biodiversity.
Gavilán en la Estrada do Monjola, en Cunha, ofrece una biodiversidad impresionante.

36 *Gruta de Nossa Senhora Aparecida, em Piracaia, construída graças à grande devoção da comunidade.*
Nossa Senhora Aparecida Cave, in Piracaia, was built thank to the greatest devotion of the community.
Gruta de Nossa Senhora Aparecida, en Piracaia, construida gracias a la gran devoción de la comunidad.

37 *Na Aldeia Indígena Jaguataréí Nhemboé, em Mongaguá, conhecemos costumes pré-coloniais.*
In the Indigenous settlement of Jaguataréí Nheboé, in Mongaguá, we learn about pre-colonial habits.
En la aldea indígena Jaguareteí Nhemboé, en Monganguá, conocemos costumbres pre-coloniales.

38 *Em Bica d'Água de Paraibuna se mantém o dito popular: "quem bebe água da Bica, aqui fica".*
In Bica d'Água de Paraibuna, there is the following popular saying "those who drink from the waters-pout's water, stay".
En Bica d 'Água de Paraibuna se mantiene el dicho popular:"quien bebe agua de Bica, aquí se queda".

39 *Morro de Santo Antônio, em Caraguatatuba, com 340 m é um pontos do litoral para asa delta.*
Santo Antônio Hill, in Caraguatatuba, with 340m is one of the coast spots for hang gliding
Morro de Santo Antônio, en Caraguatuba, con 340 metros es un punto del litoral para realizar ala delta

40 *O Parque Estadual Carlos Botelho oferece inúmeros atrativos para o ecoturismo em São Miguel Arcanjo.*
Carlos Botelho State Park has several attractions for ecotourism in São Miguel Arcanjo.
El Parque estadual Carlos Botelho ofrece numerosos atarctivos para el ecoturismo en São Miguel Arcanjo.

Sabores de todo o mundo

Viajar para experimentar sabores e, de quebra, saber mais a respeito da cultura do local visitado. Assim é o turismo gastronômico, uma vertente do turismo cultural voltada para o público de paladar e olfato aguçados. Se você se enquadra nesse quesito, São Paulo vai simplesmente te encantar.

Começando pela metrópole, encontramos uma cidade multifacetada que leva o título de Capital Mundial da Gastronomia. Os números impressionam, pois são 15 mil restaurantes de 52 nacionalidades e 20 mil bares. Os sabores vão das tradicionais culinárias europeias aos exóticos pratos vietnamitas, marroquinos ou escandinavos.

Há também um pouquinho de cada Estado brasileiro em estabelecimentos espalhados por toda a cidade. É possível tomar um café da manhã mineiro, almoçar à moda baiana, jantar à moda gaúcha ou ainda provar da apetitosa comida de boteco, representada por quitutes como a coxinha de costela e o bolinho de baião de dois. Os lanches são uma caso a parte. Numa cidade que funciona 24h, eles são a solução para uma refeição rápida. Há lanchonetes dos mais variados estilos, das vegetarianas às que produzem seu próprio e suculento hambúrguer bovino.

3 *Ximango Recheado de São Carlos Wood oven, present at many restaurants, gives a special flavor to São Paulo Gastronomy. Horno a leña, presente en muchos restaurantes, da un sabor especial a la gastronomía de São Paulo.*

1 *Linguiça Rojão, de Ribeirão Grande. Linguiça rojão, from Ribeirão Grande. Linguiça Rojão, de Ribeirão Grande.*

2 *Costelinha Cascão, em Barretos "Costelinha com arroz caipira" (Ribs with rice), very aprpreciate in Barretos. "Costelinha com arroz caipira" (Costilla con arroz), muy apreciado en Barretos.*

4 *Pintado de Encantos, em Piracicaba. Salad and orange juice with fresh ingredients produced in São Paulo. Ensalada y jugo de naranja con ingredientes frescos producidos en São Paulo.*

Um passeio imperdível para quem gosta de unir história e gastronomia é visitar o Mercado Municipal Paulistano, ou Mercadão, com sua feira diária que ocupa um espaço de 12600 m² com uma enorme variedade de frutas, peixes, carnes e queijos. Estabelecimentos tradicionais, muitos que estão ali desde a inauguração do prédio, em 1933, servem quitutes de dar água na boca, como o enorme sanduíche de mortadela, o bolinho de bacalhau e os pastéis. Muitos visitantes aproveitam para admirar a bela arquitetura do local, construção eclética de Ramos de Azevedo, com colunas gregas, jônicas e romanas, além dos impressionantes painéis compostos por 72 vitrais do artista russo Conrado Sorgenicht contando a história do período cafeeiro da cidade.

Diferente do cosmopolitismo gastronômico da cidade de São Paulo, o interior e litoral do Estado cultivam o que poderíamos chamar de culinária de raiz. Cada um com sua particularidade, mas juntos formando uma identidade gastronômica tipicamente paulista. São receitas repassadas entre gerações, que ainda hoje preservam a essência do passado. Os elementos usados para compor esses pratos se justificam pelo momento histórico em que foram criados. Uma comida simples, mas extremamente saborosa, feita "no carinho do lar".

5 *Pato Confit ao molho de garapa e purê de pupunha de Ribeirão Preto*
"Pato Confit" (Duck) with garapa (sugar cane juice) sauce and pupunha palm puree of Ribeirão Preto.
Pato Confit en salsa de garapa (caldo de caña) y puré de pupunha de Ribeirão Preto.

6 *Leitão de Gravata, uma das especialidades da comida tropeira muito apreciado em Santo André*
Leitão de Gravata [Piglet with chilly], one of the specialties of cattlemen's food and which is very appreciated in Santo André.
"Leitão de Gravata" (Cochinillo) una de las especialidades de la comida de los arrieros muy apreciada en Santo André.

7 *Porpetone de Alcahofra Recheado de Camarão com Mascarpone - São Roque*
Artichoke Polpetone Filled with Shrimp and Mascarpone Cheese - São Roque.
Porpetone de alcachofa relleno de camarón con mascarpone - São Roque.

8 *Os vitrais de Conrado Sorgenicht Filho ilustram o período áureo do café em terras paulistas.*
Conrado Sorgenicht Filho's stained glass windows display the golden period of coffee in São Paulo.
Los vitrales de Conrado Sargenicht hijo ilustran el periodo glorioso del café en tierras paulistas.

O virado à paulista (uma mistura de arroz e tutu de feijão, bisteca de porco, linguiça, torresmo ou bacon frito, couve, ovo frito e banana à milanesa) é um dos pratos da cultura do Estado, mas as opções vão muito além, estando entre elas o pastel, o brigadeiro e a pizza.

Até o século XIX, a culinária típica paulista era formada pela mistura entre as cozinhas portuguesa, indígena e africana. Havia escassez de alimentos, pois a região era muito pobre, principalmente entre os séculos XVI e XVII, mas por outro lado, era preciso desenvolver a criatividade para incrementar os sabores.

A mandioca e o milho são heranças dos índios; as carnes de boi, de aves e o açúcar sãos heranças portuguesas; já o uso das pimentas e do leite de côco são heranças africanas. Com a abertura de caminhos para o interior e litoral pelos bandeirantes e tropeiros, novos costumes se desenvolveram, formando a base da comida paulista. Havia a necessidade de alimentos com maior durabilidade para aguentar as longas viagens e a solução veio de ingredientes como farinha de milho e mandioca, carne seca e feijão. Daí surgem pratos como o famoso virado, a paçoca de carne seca e o feijão tropeiro.

9 *Moqueca de Tilápia em Birigui.*
"Afogado" (meat) of restaurant Santa Terezinha, in Campinas.
"Afogado" (carne) del restaurante Santa Terezinha en Campinas.

10 *Caiçarinha em Ubatuba.*
"Queima do Alho" in the Comitiva Roda Malu, in Sorocaba.
"Queima do alho" en Comitiva Roda Malu, en Sorocaba

11 *Champuru de Tofu. em Itariri*
Smoked Feichtenberger Assortments, in Sorocaba.
Variedades de Feichtenberger ahumados, en Sorocaba.

12 *Doce de Pimenta em Monte Aprazível*
"Galinhada na panela" (Chicken), in Bauru.
"Galinhada na panela" (Gallina en la cacerola), en Bauru.

No litoral, verifica-se uma outra vertente da culinária paulista, a cozinha caiçara, com a presença de peixes, acompanhados quase sempre da farinha de mandioca e do pirão de banana.

Somente a partir do crescimento das lavouras de café, no século XIX, São Paulo começa a enriquecer seu paladar com o uso do próprio café como bebida, embutidos, vinhos e molhos trazidos da Europa. A imigração, primeiro de italianos, seguidos de espanhóis e japoneses, e mais tarde de uma infinidade de outras culturas, assinala a internacionalização da nossa culinária.

Quem viaja pelo Estado de São Paulo encontra inúmeras possibilidades de experimentar essas delícias típicas, muitas de receita tradicional, outras com um toque a mais de sofisticação. Alguns *chefs*, como Janaína Rueda, no interior, e Eudes de Assis, no litoral, desenvolvem um trabalho de resgate das raízes com algumas mudanças na preparação e apresentação dos pratos. O resultado são pratos como o stinco de leitoa com feijão-tropeiro e couve, acompanhado de massa recheada de carne de panela, de Janaína, e a pescada cambucu em crosta de banana da terra com pupunha grelhado, creme de taioba e chips de inhame, de autoria do *chef* caiçara Eudes.

13 *Bolo de brigadeiro crocante com café em Espírito Santo do Pinhal.*
"Nhoque de banana da Terra ao pesto de rúcula e mecca saltimboca" dish with Plantain Gnocchi, rocket pesto and mecca saltimboca, in Santos city.
Gnocci de banana da Terra al pesto de rúcula y mecca saltimboca, en Santos.

14 *Carreteiro Baiano, em Marília.*
"Estrela Praiana" dish (seafood), by Daniel Rezende do Nascimento, in Guarujá.
Plato "Estrela Praiana" de Daniel Rezende do Nascimento, en Guarujá.

15 *Pato Confit de Ribeirão Preto*
"Prato Vermelho" dish by chef Vinicius R. M. Pereira, in Ilhabela.
"Prato Vermelho" plato del Chef Vinicius R.M. Pereira en Ilhabela.

16 *Carré Suíno com pamonha, farofa e molho de vinho tinto com frutas vermelhas, em Taubaté*
Arroz de Braga (Braga Rice) by chef Jorge L. C. Monteiro, from Santos.
Plato "Arroz de Braga" del chef Jorge L.C. Monteiro de Santos.

18 *Meca com Risoto de Aspargos, em Santos.*
"Casadinho de Manjuba" a dish (Broadbad anchovies) by chef Marta G. de A. e Souza, in Iguape.
Plato "Casadinho de Manjuba" de chef Marta G.de A. e Souza, en Iguape.

19 *Galinhada da Lene, em Santos.*
"Camarão Escaldado ao molho tarê " a dish (Poached Shrimp with tare sauce) from Carambola do Quintal, chef Fabio Leal, in Santos
Plato "Camarão Escaldado ao molho tarê de Carambola do Quintal" del chef Fabio Leal, en Santos.

17 *Costela Suína, em Santo André*
"Peixe da Fumaça com Banana" dish (Smoked Fish with Banana) by Chef Maria do Carmo Paiva, in Cananéia
Plato "Peixe da Fumaça con Banana" de Chef Maria do Carmo Paiva, en Cananéia.

Em São Roque, prove os pratos com alcachofra e a espetada madeirense com milho frito; em Araraquara, o trem de milho, do *chef* Théo Bratfisch; e em Campinas, o forrobodó no farnel, assinado por Viviane Moraes. A galinhada na panela, de Marília, também merece destaque.

Para sabores mais rústicos, a dica é o prato queima de alho, em Mairinque, o filé Bonani com alho, em Novo Horizonte e o cupim casqueirado com mandioca e molho de churrasco, em Araçatuba. A cidade também fabrica um dos melhores e mais tradicionais quitutes do Estado, a deliciosa coxinha de frango com catupiri.

Ainda no quesito quitute, vale a pena citar o bolinho de quibebe, de Sorocaba; o sanduíche de Bauru, cidade de origem; o empadão de creme de bacalhau, de Jaú; o imbruio caipira, de Piracicaba; e a coxinha, que é bastante tradicional no Estado. Em Araraquara é possível saborear as famosas "Coxinhas Douradas", do Distrito de Bueno de Andrada, que contam com uma infinidade de recheios para todos os gostos.

E não poderiam faltar as sobremesas. Delicie-se com o doce de leite de corte com frutas, da cidade de Agudos, o bombom brigadeiro de curau, de Ribeirão Preto, o manjar de Amora, de Duartina e o bocado de sete recheios, de Pirassununga.★

Flavours from all over the world

Traveling to taste flavors and also know more about the local culture. That's what gastronomy tourism is about, a segment of cultural tourism for those with sharp taste and sense of smell. If you are one of them, São Paulo will mesmerize you. Starting at the metropolis, we find a multi-faced city known as the World Capital of Gastronomy. The numbers are impressive, as there are 15 thousand restaurants of 52 nationalities, and 20 thousand bars. Flavors comprise the traditional European cuisines to the exotic dishes from Vietnan, Morocco, or Scandinavia.

There is also a little bit of each Brazilian State in the establishments spread throughout the city. It is possible to have a typical breakfast from Minas Gerais, a typical lunch from Bahia, and a typical dinner from Rio Grande do Sul, or even try the delicious "boteco" food, which comprises quitutes such as "coxinha de costela" and "bolinho de baião de dois". Sandwiches and burgers are something else. In a 24-hour city, they are a solution for a fast meal. There are diners of several styles, from vegetarians restaurants to those producing their own and tasty bovine hamburger.

A must-see tour for those who enjoy both history and gastronomy is a visit to Paulista Municipal Market, or "Mercadão", which is open every day and occupies a space of 12600 m2 with a great variety of fruit, fish, meat, and cheese. Traditional establishments, many of them are there since the building was launched, in 1933, serves tasty delicacies such as the huge mortadella sandwich, bolinho de bacalhau [codfish deep-fried dumpling] and pastéis [pastry]. Many visitors take this time to admire the beautiful architecture of the building, an eclectic construction of Ramos de Azevedo, with Greek, Ionic, and Roman columns, besides the impressive panels made up by 72 stained glass windows painted by Russian artist Conrado Sorgenicht telling the history of the coffee time in the city.

Different from the cosmopolitan gastronomy of São Paulo city, the State countryside and coast rely on what we call "root cuisine". Each with its own particularities, but together they form a typically paulista gastronomy identity. Paulista gastronomy uses receipes passed down through generations, but that still maintain the original essence. The elements used to build these dishes are based on the historical moment during which they were created. A simple dish, but very tasty, made as if it was made at your own home.

"Virado à paulista" (a mix of rice, and bean puree, pork loin chop, sausage, pork rinds or fried bacon, collard greens, fried egg, and breaded banana) is one of the State cultural dishes, but the choices go even further, comprising pastel, brigadeiro, and pizza.

Up to XIX century, the typical Paulista cuisine was a mixture of Portuguese, Indigenous, and African cuisine. There was not enough food, as the region was too poor, especially during XVI and XVII centuries; on the other hand, creativity was necessary to boost flavors.

Manioc and corn are a heritage from Indigenous people; beef, chicken, and sugar are inherited from Portuguese people; the use of pepper and cocconut milk are inherited from African people. With the opening of routes to the countryside and coast by pioneers and cattlemen, new behaviors arised, forming the base for Paulista food. More durable food was needed to endure the long journeys, therefore, the solution was to use ingredients such as corn and manioc flour, jerked beef, and beans. Then dishes such as the famous "virado à paulista", "paçoca de carne seca" [jerked beef paçoca] and "feijão tropeiro" [Cattlemen's beans].

On the coast, there is another Paulista cuisine segment known as "caiçara" cuisine, which has fish almost always combined with "farinha de mandioca" (Manioc Flour) and "Pirão de banana" (kind of porridge made with cassava flour).

It was only after the development of coffee plantations, in XIX century, that São Paulo began to enrich its flavour with the use of the coffee itself as a drink, cold cuts, wine and sauces brought from Europe. The immigration, first of Italians, then followed by Spanishes and Japaneses, and later numerous of other cultures, marks the internacionalization of our cuisine.

People traveling through São Paulo State find several possibilities to taste those typical delicatessens, many with their traditional recipes, others with a hint of sophistication. Some chefs, as Janaína Rueda, in the countryside, and Eudes de Assis, on the coast, have developed a project to rescue its roots by making some changes to preparation and presentation of the dishes. This resulted in dishes such "stinco de leitoa com feijão tropeiro e couve, acompanhado de massa recheada de carne de panela" (pork shin with "feijão tropeiro" and collard greens, with pasta filled with braising beef, by Janaína, and "Pescada Cambucu em crosta de banana da terra com pupunha grelhado creme de Taioba e chips de inhame" (Cambucu hake with crust plantain and grilled pupunha palm, taro cream, and yam chips) created by caiçara chef Eudes.

In São Roque, try artichoke dishes and "espetada madeirense" [small meat pieces skewered on a wooden stick] with fried corn; "trem de milho" [corn cream with cheese and meat, sausage] by chef Théo Bratfisch; and in Campinas, try "forrobodó no farnel" [mix or rice and beans, beef in pieces with tomato and onion sauce and Bishop's crown pepper, and banana toasted manioc flour] by Viviane Moraes. "Galinhada na panela" [Chicken stew], of Marília, also stands out.

For more rustic tastes, another hint is "queima de alho" dish, in Mairinque, Bonani Fillet with garlic, in Novo Horizonte, and "Cupim Casqueirado com mandioca e molho de churrasco" (Hump with manioc and barbecue sauce), in Araçatuba. The city also produces one of the best and most traditional delicatessen of the State, the delicious "coxinha de frango com catupiry" [chicken coxinha with catupiry cheese].

It is also worth it to mention "bolinho de quibebe" [small round dough fried made with pumpkin puree] , from Sorocaba; Bauru sandwich, which was named after the city; "empadão de creme de bacalhau" [codfish cream pie], from Jaú; "imbruio caipira" [dish prepared with fish, corn porridge, and fish broath] from Piracicaba; and "coxinha" which is very traditional in the State. In Araraquara, it is possible to try the famous "Coxinhas Douradas" [Golden Coxinhas], from Bueno de Andrada district, which have numerous fillings for every taste.

And do not miss desserts. Delight yourself with dulce de leche with fruit, from the city of Agudos, bombom of brigadeiro de curau [brigadeiro made with corn], from Ribeirão Preto; Mulberry pudding, from Duartina; and "bocado de sete recheios" [butter pie filled with guava paste, plum, raisins in wine, apricot, walnu, and cherry, from Pirassununga.★

20 *Polenta Ragu de Rabada, em Santo André.*
"Porco à paraguaia" dish (pork) by chef Manoel de Poloni, in São José do Rio Preto.
"Porco a Paraguaio " (Puerco) plato del chef Manoel de Poloni, en São José do Rio Preto.

21 *Bolo de Mandioca, em Marília.*
Bauru Sandwich
Sandwich de Bauru.

22 *Bisteca Invertida em Franca.*
"Penne sertanejo" (Penne) of Bistrô Antiquario, in São José do Rio Preto.
Penne Sertanejo do Bistrô Antiquario, en São José do Rio Preto.

23 *Costelinha de Porco, em Santos.*
Mulberry pudding, in Bauru.
Manjar de moras, en Bauru.

24 *Moqueca de Manjuba, em Iguape.*
"Cupim casqueirado" dish (meat) by chef Celso Choppompeu, in São José do Rio Preto.
"Cupim casqueirado" Plato (carne) del chef Celso Choppompeu, en São José do Rio Preto.

25 *Sorvete Torta de Laranja, em Santo Antônio do Pinhal*
"Carne na Lata" dish (meat), by Nho Botequim, in São José do Rio Preto.
Carne na Lata do Nho Botequim, en São José do Rio Preto.

26 *Biscoito Artesanal de Café, em Presidente Prudente.*
dish (Bressane sausage), in Bauru.
"Linguiça de Bressane" Plato de chorizo de Bressane à moda da casa, en Bauru.

27 *Costela na folha de bananeira, em Itanhaém*
"Frango Caipira com quiabo e polenta" dish (Chicken with okra and corn porridge) at Armazém da Maria, in São Carlos.
"Frango caipira com quiabo e polenta" (Pollo con quiabo y polenta) de Armazém da María, en São Carlos.

28 *Kafta de porco em São José do Rio Preto*
"Polenta líquida ao Confit de frango" dish (Slurry corn porridge with confit chicken) by chef Badra, in São Carlos.
"Polenta líquida ao confit de frango" Plato (Polenta líquida al confit de pollo) del chef Badra, en São Carlos.

Sabores de todo el mundo

Viajar para experimentar sabores y de paso, saber más respecto de la cultura del lugar visitado. Así es el turismo gastronómico, una vertiente de turismo cultural volcada al público de paladar y olfato refinados. Si usted se define así, São Paulo simplemente le va a encantar.

Comenzando por la metrópoli, encontramos una ciudad multifacética que lleva el título de Capital Mundial de la Gastronomía. Los números impresionan, pues son 15 mil restaurantes de 52 nacionalidades y 20 mil bares. Los sabores van de las tradiciones culinarias europeas a los exóticos platos vietnamitas, marroquíes o escandinavos.

Hay también un poco de cada estado brasileño en establecimientos distribuidos por toda la ciudad. Es posible tomar un desayuno minero, almorzar a la moda bahiana, cenar a la moda gaúcha y hasta probar la apetitosa comida de cafetín, representada por platillos deliciosos como la "coxinha de costela" (bocados de costilla) y "bolinho de baião de dois" (bollitos con arroz, frijoles , carne y más condimentos). Los aperitivos son un tema aparte. En una ciudad que funciona 24 horas, son la solución para una comida rápida. Hay sandwicherías de los más variados estilos, de las vegetarianas a las que producen su propia y suculenta hamburguesa de carne bovina.

Un paseo imperdible para quien gusta de unir historia y gastronomía es visitar el Mercado Municipal Paulistano, o Mercadão, con su feria diaria que ocupa un espacio de 12600 m2 con una enorme variedad de frutas, pescados, carnes y quesos. Establecimientos tradicionales, muchos que están allí desde la inauguración del predio en 1933, sirven platillos deliciosos que fascinan como el enorme sándwich de mortadela, los bocados de bacalao y los pasteles. Muchos visitantes aprovechan para admirar la bella arquitectura del local, construcción ecléctica de Ramos de Azevedo, con columnas griegas, jónicas y romanas, además de los impresionantes paneles compuestos por 72 vitrales del artista ruso Conrado Sorgenicht, que cuentan la historia del período cafetero de la ciudad.

Diferente de la gastronomía cosmopolita de la ciudad de São Paulo, el interior y litoral del estado cultivan lo que podríamos llamar arte culinario de raíz. Cada uno con su particularidad y juntos forman una identidad gastronómica típicamente paulista. Son recetas que se transmiten por generaciones, que aún hoy preservan la esencia del pasado.

Los elementos usados para lograr esos platos se justifican por el momento histórico en que fueron creados. Una comida simple, pero extremadamente sabrosa, hecha con el cariño del hogar.

El plato "virado à paulista" (una mezcla de arroz y "tutu" de frijoles, bistec de cerdo, "linguica", "toresmo" o panceta frita, coles, huevo frito y banana a la milanesa) es uno de los platos de la cultura del estado, con muchas más opciones como el pastel, el brigadeiro (bocado de diversos sabores) y la pizza.

Hasta el siglo XIX, la gastronomía típica paulista estaba integrado por la mezcla entre la cocina portuguesa, indígena y africana. Había escasez de alimentos, ya que la región era muy pobre, principalmente entre los siglos XVI y XVII, pero por otro lado, era preciso desarrollar la creatividad para incrementar los sabores.

La mandioca y el maíz son heredados de los indios; las carnes de buey, de aves y el azúcar son heredados de los portugueses; y el uso de pimientas y leche de coco provienen de África. Con la apertura de caminos para el interior y el litoral por los bandeirantes y arrieros se desarrollaron nuevas costumbres, formando la base de la comida paulista. La necesidad de alimentos con mayor durabilidad para soportar los largos viajes, se solucionó con el uso de ingredientes como harina de maíz y mandioca, carne seca y porotos. De allí surgen platos como el famoso "virado", la pacoca de carne seca y el "feijão tropeiro"(frijoles).

En el litoral, se observa otra vertiente culinaria paulista, la cocina caiçara, con el uso de pescado, acompañado casi siempre por harina de mandioca y de pirão de banana.

Solamente a partir de los cultivos de café, en el siglo XIX, São Paulo comienza a enriquecer su paladar con el uso del propio café como bebida, embutidos, vino y salsas traídas de Europa. La inmigración, primero de italianos, seguidos de españoles y japoneses, y más tarde de una infinidad de otras culturas, señala la internacionalización de nuestra cocina.

Quien viaja por el estado de São Paulo encuentra numerosas posibilidades de experimentar esas delicias típicas, muchas de receta tradicional, otras con un toque de más sofisticación. Algunos chefs, como Janaína Rueda en el interior y Eudes de Assis en el litoral, desarrollan un trabajo de rescate de las raíces con algunos cambios en la preparación y en la presentación de los platos. El resultados son platos como el stinco de leitoa con feijãotropeiro y couve (plato con lechon, frijoles y coles) ,acompañado de masa rellena de carne de cacerola,de Janaína, es la pescada cambucu en crosta de banana da terra con pupunha grelado(plato con merluza) crema de taioba y chips de inhame (similar a la patata) de autoría del chef caiçara Eudes.

En São Roque pruebe los platos con alcachofa y la "espetada madeirense" con maíz frito; en Araraquara, el trem de maíz, del chef Théo Bratfisch; y en Campinas, el "forrobodó no farnel", creado por Viviane Moraes. Tambien merece mención la gallina a la cacerola de Marilia.

Para sabores más rústicos, el consejo es el plato "queima de alho" (ajo), en Mairinque, el filet Bonani con ajo, en Novo Horizonte y el "cupim casqueirado" con mandioca y salsa de churrasco en Araçatuba.La ciudad también produce uno de los mejores y más tradicionales platillos del estado, la deliciosa "coxinha de frango con catupiri" (bocado de pollo con queso del tipo requesón).

En relación a platillos aperitivos, vale la pena citar el "bolinho de quibebe"(bocado de puré) de Sorocaba; el "Sándwich de Bauru", nombre de la ciudad de origen; "Empadão de creme de bacalhau", de Jaú; "Imbruio caipira", de Piracicaba y la "Coxinha" (bocado) que es bastante tradicional en el estado. En Araraquara es posible saborear las famosas "Coxinhas Douradas", del distrito de Bueno de Andrada, que cuentan con una infinidad de rellenos para todos los gustos.

Y no pueden faltar las sobremesas. Deléitese con el dulce de leche de corte con frutas, de la ciudad de Agudos, el bombón brigadeiro de curau (hecho con maíz verde , leche de vaca, azúcar y canela), de Ribeirão Preto ; el majar de moras de Duartina y el bocado de site rellenos, de Pirassunga.★

29 *Batata Sotê , em Presidente Prudente.*
"Bonani Filé " dish (Fillet with garlic) at Bonani Lanches, in São José do Rio Preto.
"Filé Bonani" Filet Bonani con ajo en Bonani Lanches, en São José do Río Preto.

30 *Chocolove, em Marília.*
"Espetada madeirense com milho frito " dish (meat in a stick with fried corn) at Quinta do Olivardo, in Sorocaba.
"Espetada madeirense com milho frito" plato (Carne con maiz frito) en la Quinta do Olivardo, en Sorocaba.

31 *Biscoitão de Parmesão, em Biritiba-Mirim.*
"Trem de milho chopp e espeto bebaçu" dish (corn, stick babaçu and draft beer), in São Carlos
"Trem de milho, chopp e espeto bebaçu" Plato (Maíz, chopp y espeto bebaçu), en São Carlos.

32 *Coxinha de Leitoa, em Agudos.*
Conga Pizza by Sapataria da Pizza, in São Paulo.
Pizza Conga de Sapataria da Pizza, en São Carlos.

33 *Bombom de Jabuticaba, em Ribeirão Preto.*
"Barriga de porco à pururuca" dish (Fried pork belly) do Arquitetando na Cozinha JP, in São Carlos.
"Barriga de porco à pururuca" Plato (Barriga de puerco con crocante) de Arquitetando na Cozinha JP, en São Carlos.

34 *Capital mundial da gastronomia, São Paulo ostenta o título de cidade com maior número de cozinhas internacionais representadas..*
São Paulo has the biggest number of international cuisines (55 ethnic groups). Considering pizzerias only, there are 4000 specialized places in São Paulo.
São Paulo tiene el mayor número de cocinas internacionales (55 etnias), son 4000 pizzerías especializadas.

35 *Bolinho Uai Sô, em São José do Rio Preto .*
"Truta com purê de cabotia" dish (Truta fish with kabocha puree), in Bauru
"Truta com purê de cabotia" Plato de Trucha con puré de cabotia (especie de calabaza) ,en Bauru.

36 *Medalhão de Anchova, em Ilhabela.*
Árvore da Vida Farm is an attraction in Torrinha: the visitor can see the coffee production and taste it.
Sítio Árvore da Vida es una atracción en Torrinha:el visitante ve la producción de café, con derecho a degustación.

37 *Risoto de Costela, em Presidente Prudente .*
Promenade of Paranapanema River, in Piraju, has restaurants by Santa Cruz Dam.
Costanera del Río Paranapanema, en Piraju, cuenta con restaurantes, junto a la represa Santa Cruz.

38 *Bolinho da Vó Amélia, em Sorocaba.*
"Encapotado de frango" dish (dough balls filled with shredded chicken) at Padaria Bread's Vienense,in Sorocaba.
"Encapotado de frango" Plato (Bocados de pollo)da Padaria Bread´s Vienense de Sorocaba.

39 *Merengue com Morangos, em Tremembé.*
Imbruio Caipira (fish) by Coisas di Buteco, in Campinas.
Imbruio Caipira das Coisas di Buteco, de Campinas.

40 *Nhoque ao Creme, em São Carlos*
Mecca with watercress sauce and aspargus risotto, very appreciated in Santos.
Meca con salsa de berro y risotto de esparragos, muy apreciado en Santos.

Estâncias Paulistas

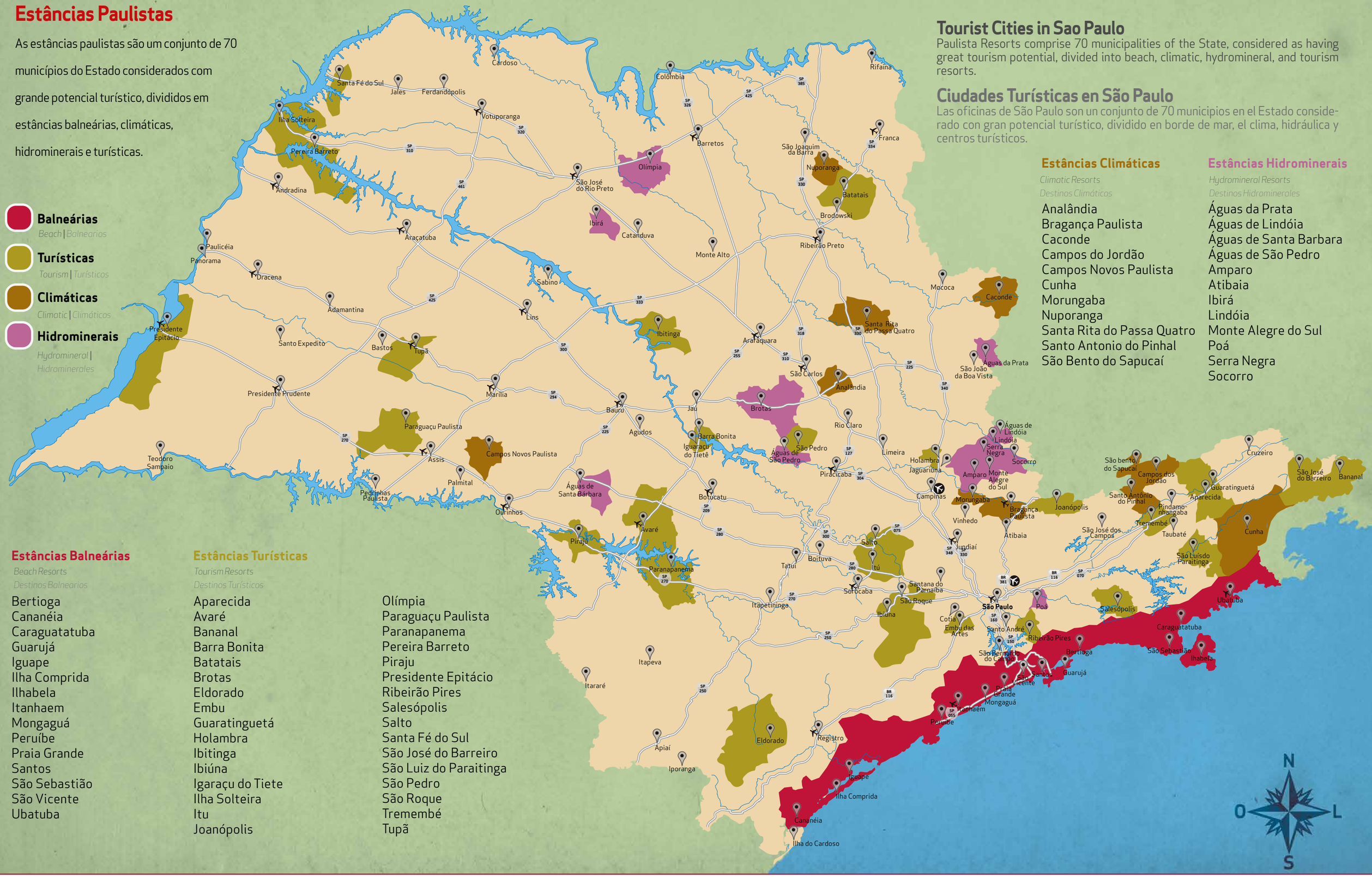
As estâncias paulistas são um conjunto de 70 municípios do Estado considerados com grande potencial turístico, divididos em estâncias balneárias, climáticas, hidrominerais e turísticas.

Tourist Cities in Sao Paulo

Paulista Resorts comprise 70 municipalities of the State, considered as having great tourism potential, divided into beach, climatic, hydromineral, and tourism resorts.

Ciudades Turísticas en São Paulo

Las oficinas de São Paulo son un conjunto de 70 municipios en el Estado considerado con gran potencial turístico, dividido en borde de mar, el clima, hidráulica y centros turísticos.



Estâncias Climáticas

Climatic Resorts
Destinos Climáticos

- Analândia
- Bragança Paulista
- Caconde
- Campos do Jordão
- Campos Novos Paulista
- Cunha
- Morungaba
- Nuporanga
- Santa Rita do Passa Quatro
- Santo Antonio do Pinhal
- São Bento do Sapucaí

Estâncias Hidrominerais

Hydromineral Resorts
Destinos Hidrominerales

- Águas da Prata
- Águas de Lindóia
- Águas de Santa Barbara
- Águas de São Pedro
- Amparo
- Atibaia
- Ibirá
- Lindóia
- Monte Alegre do Sul
- Poá
- Serra Negra
- Socorro

Estâncias Balneárias

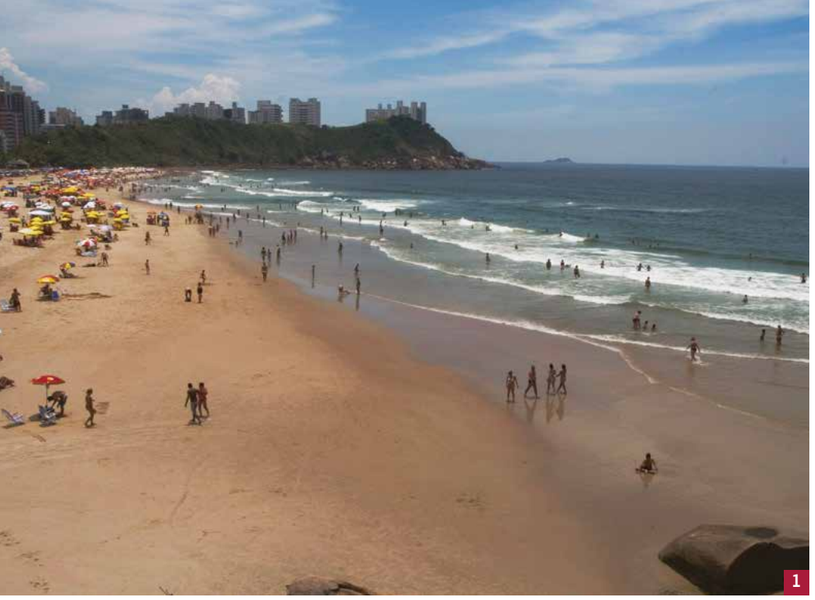
Beach Resorts
Destinos Balnearios

- Bertioga
- Cananéia
- Caraguatatuba
- Guarujá
- Iguape
- Ilha Comprida
- Ilhabela
- Itanhaem
- Mongaguá
- Peruíbe
- Praia Grande
- Santos
- São Sebastião
- São Vicente
- Ubatuba

Estâncias Turísticas

Tourism Resorts
Destinos Turísticos

- Aparecida
- Avaré
- Bananal
- Barra Bonita
- Batatais
- Brotas
- Eldorado
- Embu
- Guaratinguetá
- Holambra
- Ibitinga
- Ibiúna
- Igaraçu do Tiete
- Ilha Solteira
- Itu
- Joanópolis
- Olímpia
- Paraguaçu Paulista
- Paranapanema
- Pereira Barreto
- Piraju
- Presidente Epitácio
- Ribeirão Pires
- Salesópolis
- Salto
- Santa Fé do Sul
- São José do Barreiro
- São Luiz do Paraitinga
- São Pedro
- São Roque
- Tremembé
- Tupã

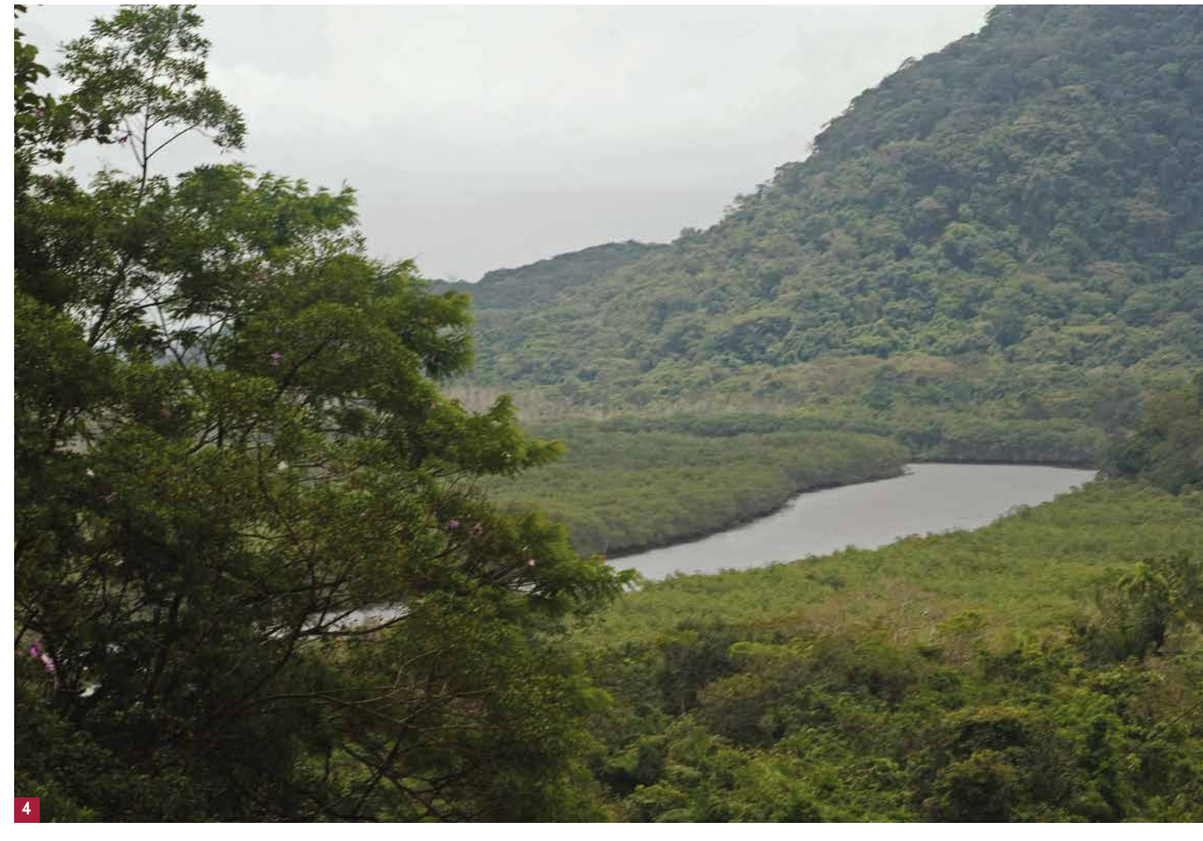


1 *Praia do Tombo, no Guarujá, é famosa por suas grandes ondas.*
Tombo Beach, in Guaruja, is famos for its big waves.
Playa de Tombo en Guarujá, es famosa por sus grandes olas.

2 *Cachoeira do Ipiranguinha, em Ubatuba, é excelente para visitantes se banharem na piscina natural.*
Cachoeira do Ipiranguinha, waterfall in Ubatuba is excellent for bathing in its natural pool.
La cascada "Cachoeira do Ipiranguinha" en Ubatuba, es excelente para bañarse en piscinas naturales.

3 *Vista panorâmica e voo livre na cidade de Santos.*
Panoramic view and free flight in the city of Santos
Vista panorámica y vuelo libre en la ciudad de Santos.

4 *Estação Ecológica Jureia-Itatins, em Peruíbe.*
Ecological Station Jureia-Itatins, in Peruíbe.
Estación ecológica Jureia-Itatins,en Peruíbe.



Estâncias Balneárias

Belas praias e trechos preservados de Mata Atlântica, além de atividades que envolvem sol, mar, cultura e ecoturismo, fazem com que 15 cidades do litoral paulista sejam consideradas estâncias balneárias. As mais urbanizadas ficam no litoral sul, o que não impede a região de ter parques estaduais, como o da Ilha do Cardoso. Bertioga abriga o Forte de São João, o mais antigo do Brasil, construído em 1532.

Já no litoral norte paulista, encontramos um dos trechos mais bonitos da costa brasileira. Vale a pena conhecer as praias de Santiago, Toque-Toque Grande e Pequeno e Calhetas, em São Sebastião. Ilhabela também é uma grande pedida. Desde 1973 sedia a Semana Internacional de Vela é considerada Reserva Natural da Biosfera pela UNESCO.★

Beach Resorts

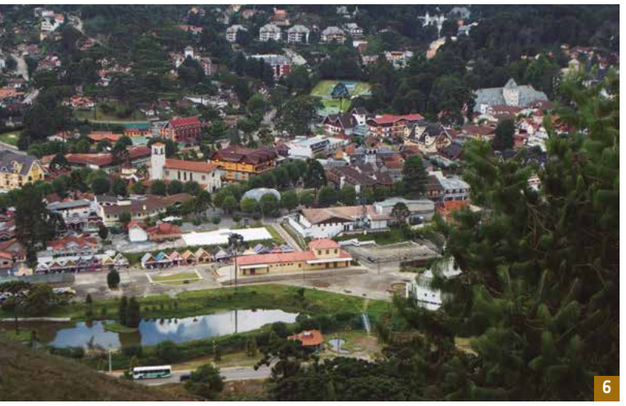
Beautiful beaches and preserved areas of Atlantic Forest, in addition to activities involving the sun, sea, culture, and ecotourism, make 15 cities of São Paulo coast a beach resort. The most urbanized beaches are located on the south coast, and that doesn't impede the region of having State parks, such as Ilha do Cardoso. Bertioga has "Forte de São João", the oldest fort in Brazil, built in 1532.

On the North coast of São Paulo, we find one of the most beautifulparts of Brazilian coast. It is worth it to visit Santiago, Toque-Toque Grande and Toque-Toque Pequeno, and Calhetas beaches in São Sebastião. Ilhabela is also a good option. Since 1973, it hosts the International Sailing Week, and it is considered as a Natural Biosphere Reserve by UNESCO.★

Destinos Balnearios

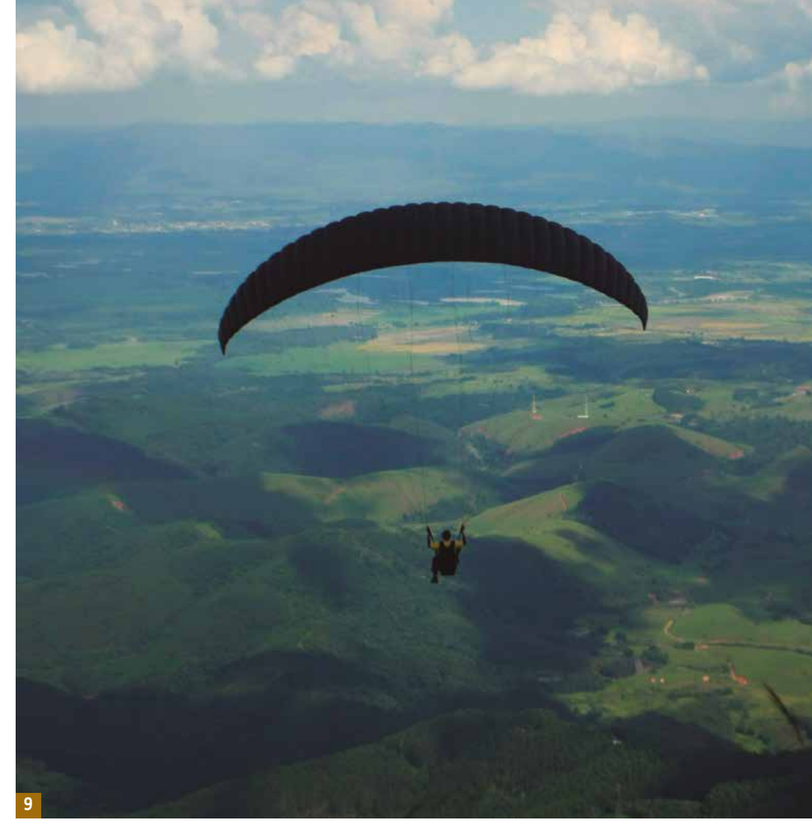
Bellas playas y tramos preservados de Mata Atlántica, además de actividades que incluyen sol, mar, cultura y ecoturismo, hacen que 15 ciudades del litoral paulista sean consideradas destinos balnearios. Los más urbanizados quedan en el litoral sur y, la región también posee parques estaduales, como el de la Ilha do Cardoso. Bertioga incluye a Forte de São João, el más antiguo de Brasil, formado en 1532.

Ya en el litoral norte paulista, encontramos uno de los tramos más bonitos de la costa brasileña. Vale la pena conocer las playas de Santiago, Toque-Toque Grande y Pequeno y Calhetas, en São Sebastião. Ilhabela también es un destino importante, desde 1973 es sede de la Semana Internacional de Vela y es considerada reserva Natural de Biosfera por la UNESCO.★



5 *Deserto do Alemão, em Santa Rita do Passa Quatro, é provocado por erosão, com depósitos de água doce e dunas.*
"Deserto do Alemão" Desert in Santa Rita do Passa Quatro, is caused by erosion, with deposition of fresh water and dunes.
"Deserto do Alemão" Desierto en Santa Rita do Passa Quatro,es provocado por la erosión con depósitos de agua dulce y dunas

6 *Vista do Morro do Elefante em Campos do Jordão.*
The Country Club, in Santa Rita do Passa Quatro, has a great infrastructure.
IClub de campo en Santa Rita do Passa Quatro, tiene óptima infraestructura.



Estâncias Climáticas

Nas estâncias climáticas paulistas encontramos temperaturas agradáveis, muita área verde, cachoeiras e esportes de aventura.

Campos do Jordão recebe visitantes principalmente durante o Festival de Inverno, quando se pode curtir música erudita nas ruas e se deliciar com chocolates e bebidas quentes. Em Cunha, no Vale do Paraíba, não deixe de conhecer a técnica ceramista desenvolvida pelos moradores locais. A charmosa Santa Rita do Passa Quatro é um dos municípios mais belos do Estado e cidade natal do músico Zequinha de Abreu.★

Climatic Resorts

In São Paulo's climatic resorts, we find pleasant temperatures, vast green area, waterfalls, and sport adventures.

Campos do Jordão receives visitors mainly during the Winter Festival, when it is possible to enjoy classical music on the streets and taste chocolates and hot beverages. In Cunha, in Vale do Paraíba, you shouldn't miss the ceramic technique developed by local residents. The charming city of Santa Rita do Passa Quatro is one of the most beautiful in the State and it is the hometown of musician Zequinha de Abreu.★

Centros Climaticos

En los destinos climáticos paulistas encontramos temperaturas agradables, muchas áreas verdes, cascadas y deportes de aventura.

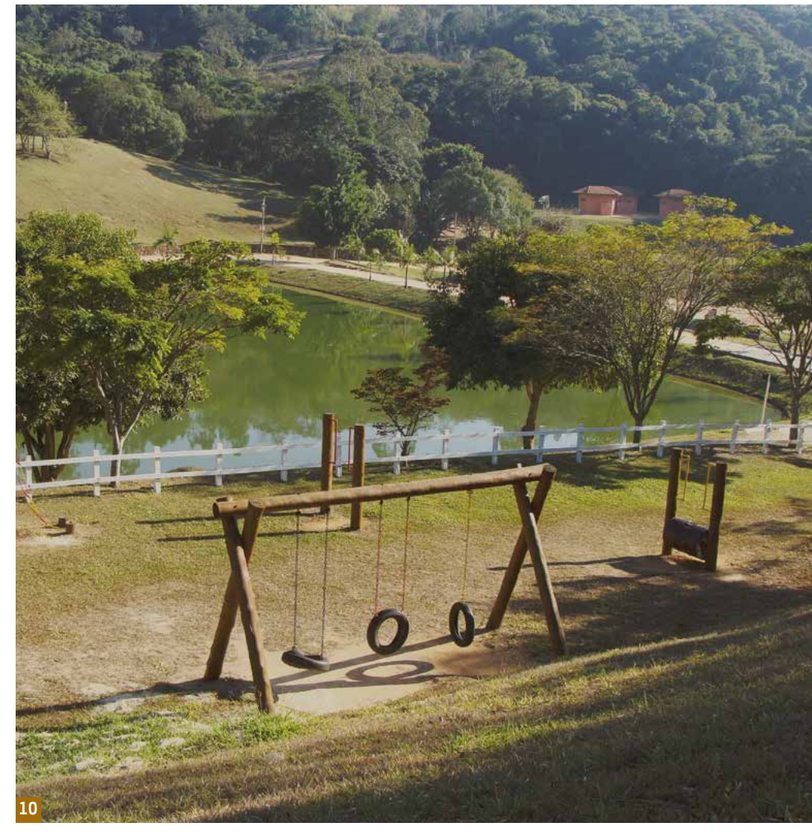
Campos do Jordão recibe visitantes principalmente durante el Festival de Invierno, cuando se puede disfrutar de música erudita en las calles y deleitarse con chocolates y bebidas calientes. En Cunha, en Vale do Paraíba no deje de conocer la técnica ceramista desarrollada por los moradores locales. La elegante Santa Rita do Passa Quatro es uno de los municipios más bellos del estado y ciudad natal del músico Zequinha de Abreu.★

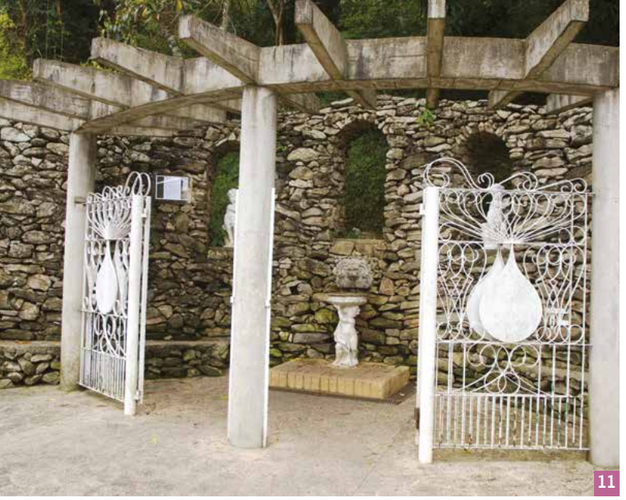
7 *Lago da Represa, em Caconde.*
Lago da Represa, in Caconde.
Lagoa da Represa, en Caconde

8 *A Casa do Artesão, em Cunha, em sua grande maioria em cerâmica, de diversos artistas residentes na cidade.*
Boa Vista Palace is the official winter residence of São Paulo State governor in Campos do Jordão.
Palacio da Boa Vista es la residencia oficial de invierno del gobernador del Estado de São Paulo en Campos do Jordão.

9 *O Pico Agudo, em Santo Antonio do Pinhal, é sede de diversas etapas dos Campeonatos Brasileiro e Paulista de Vôo Livre..*
The natural lake, in Campos Novos Paulista, is very popular among fishing lovers during the weekends.
Lago natural en Campos Novos Paulista, es muy buscado por los fans de la pesca los fines de semana.

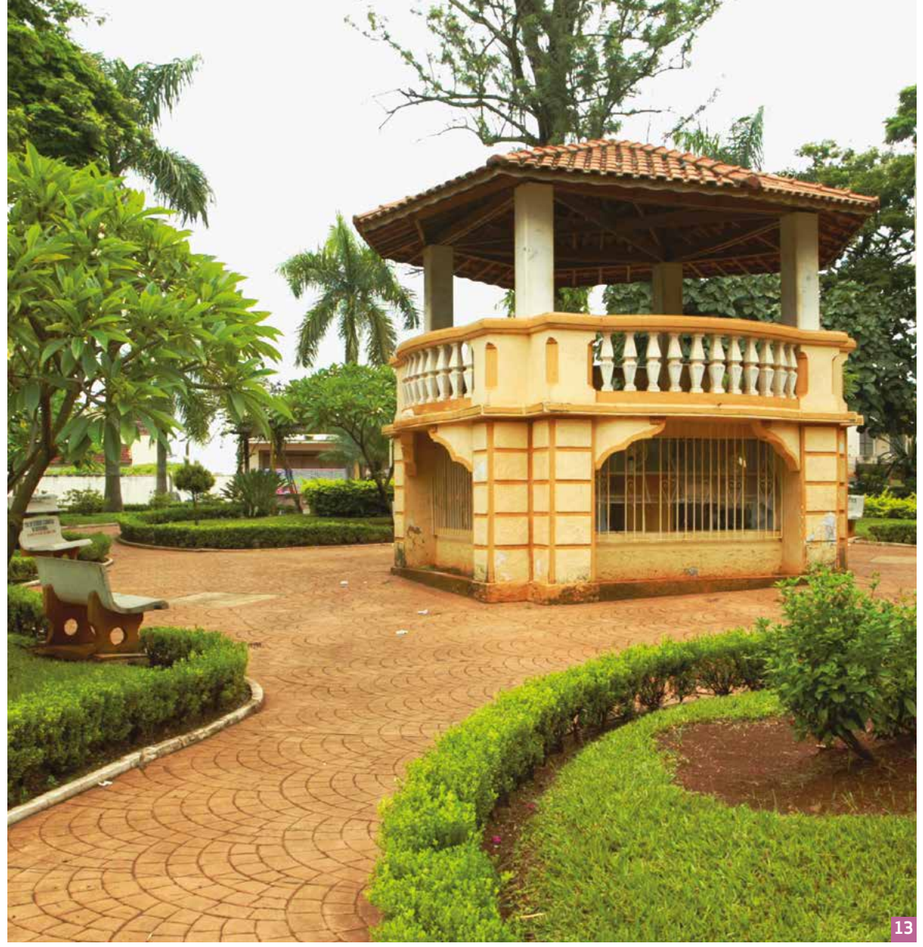
10 *Parque Ecológico Pedro Mineiro, em Morungaba.*
Ecological Park Pedro Mineiro, in Morungaba.
Parque Ecológico Pedro Mineiro, en Morungaba.





11 *Parque das Fontes, em Serra Negra, preserva duas fontes de águas medicinais.*
Parque das Fontes in Serra Negra, maintains two fountains of medicinal water.
Parque das Fontes en Serra Negra, preserva dos fuentes de aguas medicinales.

12 *Praça Adhemar de Barros, projetada por Burle Marx, em Águas de Lindóia.*
Águas de Prata Resort, in Águas de Santa Bárbara.
Balneario de Águas da Prata, en Águas de Santa Bárbara.



13 *Praça Central de Nuporanga, onde um belo coreto completa o cenário.*
Nuporanga Central Square, where a beautiful bandstand completes the landscape.
Plaza Central de Nuporanga donde un bello coreto completa el escenario.

14 *Parque das Águas, em Águas de Santa Bárbara.*
Parque das Águas, in Águas de Santa Bárbara.
Parque das Águas, en Águas de Santa Bárbara.

Estâncias Hidrominerais

Para que uma cidade seja considerada estância hidromineral, é preciso ter fontes de água natural ou terapêutica e oferecer balneários públicos para a utilização dessa água. Uma das cidades mais procuradas é Águas de São Pedro, que possui a segunda melhor água sulfurosa do mundo.

Em Atibaia, o clima ameno favorece a produção de flores e morango. Uma boa dica é a Festa de Flores e Morango da cidade.

Outra cidade famosa por seus banhos termais é Águas de Lindóia, que conta também com parques aquáticos, passeios entre montanhas e feiras de artesanato. ★

Hydromineral Resorts

To be considered as a hydromineral resort, the city should have natural sources of water or therapeutic water and provide public resorts for use. One of the most popular cities is Águas de São Pedro, which has the second best sulphurous water in the world.

In Atibaia, the mild climate favors the production of flowers and strawberries. A good tip is the city's Flower and Strawberry Festival. Another city famous for its thermal baths is Águas de Lindóia, which also has water parks, tours in the mountains and craft fairs.★

Destinos Hidrominerales (termales)

Para que la ciudad sea considerada destino hidromineral, es necesario tener fuentes de agua natural o terapéutica y ofrecer balnearios públicos para la utilización de esa agua. Una de las ciudades más buscadas es Águas de São Pedro, que posee la segunda mejor agua sulfurosa del mundo.

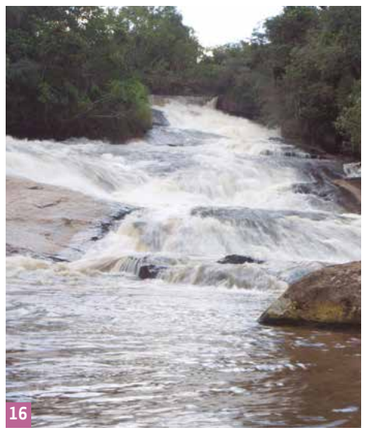
En Atibaia, el clima ameno favorece la producción de flores y frutillas. Un buen consejo es visitar la Fiesta de Flores y Frutilla de la ciudad. Otra ciudad famosa por sus baños termales es Águas de Lindóia, que cuenta también con parques acuáticos, paseos entre montañas y ferias artesanales. ★

15 *Novas Termas de Ibirá, onde qualquer pessoa pode tomar banho de imersão, fazer massagens, drenagem e fisioterapia.*
Novas Termas de Ibirá, where any person can have immersion baths, massages, manual lymphatic drainage, and physical therapy.
Novas Termas de Ibirá, donde cualquier persona puede tomar un baño de inmersión, hacerse masajes,drenaje y fisioterapia.

16 *Parque dos Sonhos, em Socorro.*
Caetano Sérgio Manfrin Fountain, in Monte Alegre do Sul, has internationally acknowledged quality.
Fuente Caetano Sergio Manfrini, en Monte Alegre do Sul, tiene cualidades reconocidas internacionalmente.

17 *Formada por 30 nascentes, a Cachoeira do Sol tem quedas de fácil acesso em Monte Alegre do Sul.*
Comprising 30 fountainheads, "Cachoeira do Sol" waterfall has falls that are easily accessed in Monte Alegre do Sul.
Formadas por 30 vertientes, la cascada Cachoeira do Sol tiene caídas de fácil acceso en Monte Alegre do Sul.

15



16

17

18 *Parque das Águas Claras é considerado uma das sete maravilhas do interior paulista, em Santa Fé do Sul.*
Águas Claras Park is considered as one of the seven wonders of São Paulo countryside, in Santa Fé do Sul.
Parque das Águas Claras, es considerado una de las 7 maravillas del interior paulista, en Santa Fe do Sul.

19 *Parque do Varvito é monumento geológico em Itu. O lugar que já foi uma pedreira, hoje recebe visitantes e estudiosos.*
Varvito Park is a geological monument in Itu. This place was previously a stonequarry, and nowadays it receives visitors and researchers.
Parque do Varvito es monumento geológico en Itu. Un lugar que era una pedrera hoy recibe visitantes y estudiosos.

20 *Represa De Itupararanga, em Ibiúna.*
Itupararanga Dam, in Ibiúna.
Represa de Itupararanga en Ibiúna.

21 *Primeira prainha do Estado, em Ilha Solteira: o Rio Paraná ali mais parece um mar, tamanha sua largura.*
First fresh water beach of the State, in Ilha Solteira: due to its width in that region, Parana river resembles the sea.
Primera playa pequeña del estado, en Ilha Solteira, el Río Parana allí parece un mar, debido a su tamaño.

22 *Casa do Fundador, em Tupã.*
Casa do Fundador, in Tupã.
Casa do Fundador, en Tupã.

Estâncias Turísticas

As estâncias turísticas somam 29 municípios. No oeste paulista está a cidade de Holambra, reponsável por 35% da produção de flores e plantas ornamentais do País. Em setembro a cidade realiza a Expoflora, a maior festa de flores da América Latina. Em Barra Bonita é possível fazer passeios em barcos de grande porte pelo Rio Tietê e conhecer a Eclusa. Em Salesópolis, o visitante tem a chance de conhecer a nascente do Rio Tietê. Itu, Eldorado, Ibitinga, Ilha Solteira e Santo Antônio do Pinhal também são algumas das estâncias que deveriam entrar no seu roteiro de viagem.★

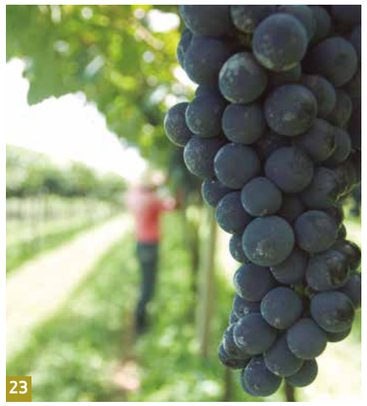
Tourist Resorts

Tourist Resorts comprise 29 municipalities. In São Paulo western, we can find the city of Holambra, which accounts for 35% of the production of flowers and ornamental plants in Brazil. In September, the city hosts Expoflora, the largest flower festival in Latin America. In Barra Bonita, it is possible to take a large boat tour through Tietê River and visit the Ecluse. In Salesópolis, the visitor can visit the head of Tietê river. Itu, Eldorado, Ibitinga, Ilha Solteira, and Santo Antônio do Pinhal are also some of the resorts that should be in your travel plan.★

Destinos Turísticos

Los destinos turísticos suman 29 municipios. En el oeste paulista está la ciudad de Holambra, responsable por el 35 % de la producción de flores y plantas ornamentales del país. En septiembre la ciudad realiza Expoflora, la mayor fiesta de flores de América Latina. En Barra Bonita es posible hacer paseos en barcos de gran porte por el Río Tietê y conocer Eclusa. En Salesópolis, el visitante tiene la chance de conocer el nacimiento del Rio Tietê, Otra ciudades que no pueden faltar en su recorrido de viaje son: Itu, Eldorado, Ibitinga, Ilha Solteira y Santo Antônio do Pinhal.★

23 *Roteiro do Vinho, em São Roque.*
Santo Antônio Ranch has colonial style and was built by the pioneer Fernão Paes de Barros, in 1681, in São Roque Chacra Santo Antonio en estilo colonial fue construida por el bandeirante Fernão Paes de Barros, en 1681,



24 *É muito comum em Barra Bonita o turista conviver com garças e outras aves.*
Mílton Marinho de Moraes Park is completely surrounded by Billings Dam, in Ribeirão Pires.
IParque Milton Marinho de Moraes es totalmente bañado por la represa Billings, en Riberão Pires.

Créditos das Imagens

Credits of Images

Créditos de las imágenes

Acervo Banco de Imagens do Estado de São Paulo	1 2 3 4 5
	6 7 8 9 10 12 13 14 15 16 17 18 20 21 22 23 24 26 1
	3 4 6 7 8 9 2 2 5 6 8 9 10 11 12 14 15 18 19
	21 22 24 25 26 27 28 29 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41
	42 43 44 45 46 47 48 49 51 52 53 54 55 56 57 58 59 61 62
	63 64 65 66 67 68 69 71 72 74 75 77 1 4 5 9 11 13 14
	15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 31 32 33 34
	3 6 9 10 11 12 13 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26
	27 28 29 32 33 34 35 36 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48
	49 50 51 52 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 14 15 16
	17 18 19 20 21 22 23 24 25 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36
	37 39 38 1 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 17 18 19 20
	21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 35 36 37 38 39 40 41
	42 43 44 45 46 47 48 49 1 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
	13 14 16 18 19 20 21 22 23 25 26 28 29 30 31 32 33 34 35
	36 37 38 39 40 6 7 8 34 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
	11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 23 24
Acervo Caminhos da Corte	4 13 3
Acervo Circuito Caminhos do Centro-Oeste Paulista	2
Acervo Circuito da Mantiqueira	19 1 5 30
Acervo Guarujá Convention & Visitors Bureau	8
Acervo Os Independentes	8
Acervo Polo Cuesta	31
Acervo Prefeitura de São Bento do Sapucaí	4
Acervo Prefeitura Municipal de Analândia	2
Acervo Prefeitura Municipal de Barra Bonita	2 13
Acervo Prefeitura Municipal de Iporanga	1 16 30 60 70 73 76
Acervo Prefeitura Municipal de São Sebastião	5
Acervo Secretaria de Turismo de Socorro	7 2
Caio Pimenta	25
Carol Gherardi	9 14 21 30
Cleber Fontoura	26 16 37 24 22
Cristiano Furtado	30
Fernanda Costa	17 20 23 50 40
Fred Casagrande	6
Jonas Chun	67
Ken Chu	3
Márcio Pinheiro	2
Miguel Netto	3 12 7
Nana Vieira	4 33 34
Renato Oliveira	11 14 15
Ricardo D'Angelo	1 2 3 4 5 10 11 12 13 15 16 17 18 19
	20 22 23 24 25 26 27 28 29 31 32 33 35 36 37 38 39 40
Vanilson Fickert	17
Vinícius Fonseca	7 10 27

645 Municípios Paulistas

645 Municipalizas of São Paulo State

645 Municipios Paulistas

Adamantina
(18) 3502-9000
adamantina.sp.gov.br

Adolfo
(17) 3814-9020
adolfo.sp.gov.br

Aguaí
(19) 3653-7100
aguai.sp.gov.br

Águas da Prata
(19) 3642-1021
aguasdaprata.sp.gov.br

Águas de Lindoia
(19) 3924-9300
aguasdelindoia.sp.gov.br

Águas de Santa Barbara
(14) 3765-1321
aguasdesantabarbara.sp.gov.br

Águas de São Pedro
(19) 3482-7100
aguasdesaopedro.sp.gov.br

Agudos
(14) 3262-8500
agudos.sp.gov.br

Alambari
(15) 3274-1159
alambari.sp.gov.br

Alfredo Marcondes
(18) 3266-4090
alfredomarcondes.sp.gov.br

Altair
(17) 3889-1222
altair.sp.gov.br

Altinópolis
(16) 3665-0500
altinopolis.sp.gov.br

Alto Alegre
(18) 3657-9000
altoalegre.sp.gov.br

Alumínio
(11) 4715-5500
aluminio.sp.gov.br

Álvares Florence
(17) 3486-9000
alvaresflorence.sp.gov.br

Álvares Machado
(18) 3273-9300
alvaresmachado.sp.gov.br

Álvaro de Carvalho
(14) 3484-1119
alvarodecarvalho.sp.gov.br

Alvinlândia
(14) 3473-1105
alvinlandia.sp.gov.br

Americana
(19) 3475-9000
americana.sp.gov.br

Américo Brasiliense
(16) 3393-9600
americobrasiliense.sp.gov.br

Américo de Campos
(17) 3445-1970
americodecampos.sp.gov.br

Amparo
(19) 3817-9300
amparo.sp.gov.br

Analândia
(19) 3566-1222
analandia.sp.gov.br

Andradina
(18) 3702-1000
andradina.sp.gov.br

Angatuba
(15) 3255-9500
angatuba.sp.gov.br

Anhembi
(14) 3884-1144
anhembi.sp.gov.br

Anhumas
(18) 3286-1140
anhumas.sp.gov.br

Aparecida
(12) 3104-4000
aparecida.sp.gov.br

Aparecida D'oeste
(17) 3635-1757
pmaparecidadoeste.sp.gov.br

Apiaí
(15) 3552-8800
apiai.sp.gov.br

Araçariguama
(11) 4136-4900
aracariguama.sp.gov.br

Araçatuba
(18) 3607-6500
aracatuba.sp.gov.br

Araçoiaba da Serra
(18) 3281-9777
aracoiaba.sp.gov.br

Aramina
(16) 3752-7000
aramina.sp.gov.br

Arandu
(14) 3766-9022
arandu.sp.gov.br

Arapeí
(12) 3115-1194
arapei.sp.gov.br

Araraquara
(16) 3301-5000
araraquara.sp.gov.br

Araras
(19) 3547-3000
araras.sp.gov.br

Arco-Íris
(14) 3477-1128
arcoiris.sp.gov.br

Arealva
(14) 3296-1338
arealva.sp.gov.br

Areias
(12) 3107-1200
areias.sp.gov.br

Areiópolis
(14) 3846-9900
areiopolis.sp.gov.br

Ariranha
(17) 3576-9200
ariranha.sp.gov.br

Artur Nogueira
(19) 3827-9700
arturnogueira.sp.gov.br

Arujá
(11) 4655-1000
aruja.sp.gov.br

Aspásia
(17) 3664-8780
aspasia.sp.gov.br

Assis
(18) 3302-3300
assis.sp.gov.br

Atibaia
(11) 4414-2000
atibaia.sp.gov.br

Auriflama
(17) 3482-1255
auriflama.sp.gov.br

Avaí
(14) 3287-2100
avai.sp.gov.br

Avanhandava
(18) 3651-9200
avanhandava.sp.gov.br

Avaré
(14) 3711-2500
prefeituraavare.sp.gov.br

Bady Bassitt
(17) 3818-5100
badybassitt.sp.gov.br

Balbinos
(14) 3583-9100
balbinos.sp.gov.br

Bálsamo
(17) 3264-1209
balsamo.sp.gov.br

Bananal
(12) 3116-1648
bananal.sp.gov.br

Barão de Antonina
(15) 3573-1170
baraodeantonina.sp.gov.br

Barbosa
(18) 3655-1133
barbosa.sp.gov.br

Bariri
(14) 3662-9200
bariri.sp.gov.br

Barra Bonita
(14) 3604-4000
barrabonita.sp.gov.br

Barra do Chapéu
(15) 3554-1154

Barra do Turvo
(15) 3578-9444
barradoturvo.sp.gov.br

Barretos
(17) 3321-1100
barretos.sp.gov.br

Barrinha
(16) 3943-9400
barrinha.sp.gov.br

Barueri
(11) 4199-8000
barueri.sp.gov.br

Bastos
(14) 3478-9800
bastos.sp.gov.br

Batatais
(16) 3761-2999
batatais.sp.gov.br

Bauru
(14) 3235-1000
bauru.sp.gov.br

Bebedouro
(17) 3345-9100
bebedouro.sp.gov.br

Bento de Abreu
(18) 3601-9200
bentodeabreu.sp.gov.br

Bernardino de Campos
(14) 3346-8000
bernardinodecampos.sp.gov.br

Bertioga
(13) 3319-8000
bertioga.sp.gov.br

Bilac
(18) 3659-9232
bilac.sp.gov.br

Birigui
(18) 3643-6000
birigui.sp.gov.br

Biritiba Mirim
(11) 4692-1211
biritibamirim.sp.gov.br

Boa Esperança do Sul
(16) 3326-4020
boaesperanca.sp.gov.br

Bocalna
(14) 3666-8000
bocaina.sp.gov.br

Bofete
(14) 3883-9300
bofete.sp.gov.br

Boituva
(15) 3363-8800
boituva.sp.gov.br

Bom Jesus dos Perdões
(11) 4012-1015
bjperdoes.sp.gov.br

Bom sucesso de Itararé
(15) 3533-1312
bomsucessoitarare.sp.gov.br

Borá
(18) 3367-1103
bora.sp.gov.br

Boraceia
(14) 3295-9100
boraceia.sp.gov.br

Borborema
(16) 3266-9200
borborema.sp.gov.br

Borebi
(14) 3267-8900
borebi.sp.gov.br

Botucatu
(14) 3811-1414
botucatu.sp.gov.br

Bragança Paulista
(11) 4034-7100
braganca.sp.gov.br

Braúna
(18) 3692-9200
brauna.sp.gov.br

Brejo Alegre
(18) 3646-8877
brejoalegre.sp.gov.br

Brodowski
(16) 3664-4144
brodowski.sp.gov.br

Brotas
(14) 3653-9900
brotas.sp.gov.br

Buri
(15) 3546-1211
buri.sp.gov.br

Buritama
(18) 3691-9200
buritama.sp.gov.br

Buritizal
(16) 3751-9100
buritizal.sp.gov.br

Cabrália Paulista
(14) 3285-1244
cabralia.sp.gov.br

Cabreúva
(11) 4528-8300
cabreuva.sp.gov.br

Caçapava
(12) 3654-6600
cacapava.sp.gov.br

Cachoeira Paulista
(12) 3101-1333
cachoeirapaulista.sp.gov.br

Caconde
(19) 3662-7199
caconde.sp.gov.br

Cafelândia
(14) 3556-8000
cafelandia.sp.gov.br

Caiabu
(18) 3285-1113
caiabu.sp.gov.br

Caieiras
(11) 4442-7700
caieiras.sp.gov.br

Caiuá
(18) 3278-9999
caiua.sp.gov.br

Cajamar
(11) 4446-7699
cajamar.sp.gov.br

Cajati
(13) 3854-8700
cajati.sp.gov.br

Cajobi
(17) 3563-9000
cajobi.sp.gov.br

Cajuru
(16) 3667-9911
cajuru.sp.gov.br

Campina do Monte Alegre
(15) 3256-1212
campinadomontealegre.sp.gov.br

Campinas
(19) 2116-0555
campinas.sp.gov.br

Campo Limpo Paulista
(11) 4039-8300
campolimpopaulista.sp.gov.br

Campos do Jordão
(12) 3669-5100
camposdojordao.sp.gov.br

Campos Novos Paulista
(14) 3476-1144
camposnovospaulista.sp.gov.br

Cananeia
(13) 3851-5100
cananeia.sp.gov.br

Canas
(12) 3151-6000
canas.sp.gov.br

Cândido Mota
(18) 3341-9350
candidomota.sp.gov.br

Cândido Rodrigues
(16) 3257-1133
candidorodrigues.sp.gov.br

Canitar
(14) 3343-9100
canitar.sp.gov.br

Capão Bonito
(15) 3543-9900
capaobonito.sp.gov.br

Capela do Alto
(15) 3267-8800
capeladoalto.sp.gov.br

Capivari
(19) 3492-9200
capivari.sp.gov.br

Caraguatatuba
(12) 3897-8100
caraguatatuba.sp.gov.br

Carapicuíba
(11) 4164-5500
carapicuiba.sp.gov.br

Cardoso
(17) 3466-3900
cardoso.sp.gov.br

Casa Branca
(19) 3671-9770
casabranca.sp.gov.br

Cássia dos Coqueiros
(16) 3669-1123
cassiadoscoqueiros.sp.gov.br

Castilho
(18) 3741-9000
castilho.sp.gov.br

Catanduva
(17) 3531-9100
catanduva.sp.gov.br

Catiguá
(17) 3564-9500
catigua.sp.gov.br

Cedral
(17) 3266-9600
cedral.sp.gov.br

Cerqueira César
(14) 3714-7200
cerqueiracesar.sp.gov.br

Cerquilho
(15) 3384-9111
cerquilho.sp.gov.br

Cesário Lange
(15) 3246-8600
cesariolange.sp.gov.br

Charqueada
(19) 3186-9000
charqueada.sp.gov.br

Chavantes
(14) 3342-9200
chavantes.sp.gov.br

Clementina
(18) 3658-9500
clementina.sp.gov.br

Colina
(17) 3341-9444
colina.sp.gov.br

Colômbia
(17) 3335-8500
colombia.sp.gov.br

Conchal
(19) 3866-8600
conchal.sp.gov.br

Conchas
(14) 3845-8011
conchas.sp.gov.br

Cordeirópolis
(19) 3556-9900
cordeiropolis.sp.gov.br

Coroados
(18) 3645-9124
coroados.sp.gov.br

Coronel Macedo
(14) 3767-1244
coronelmacedo.sp.gov.br

Corumbataí
(19) 3577-9000
corumbatai.sp.gov.br

Cosmópolis
(19) 3812-8000
cosmopolis.sp.gov.br

Cosmorama
(17) 3836-9220
cosmorama.sp.gov.br

Cotia
(11) 4616-0466
cotia.sp.gov.br

Cravinhos
(16) 3951-9900
cravinhos.sp.gov.br

Cristais Paulista
(16) 3133-9300
cristaispaulista.sp.gov.br

Cruzália
(18) 3376-1112
cruzalia.sp.gov.br

Cruzeiro
(12) 3141-1100
portal.cruzeiro.sp.gov.br

Cubatão
(13) 3362-6363
cubatao.sp.gov.br

Cunha
(12) 3111-5000
cunha.sp.gov.br

Descalvado
(19) 3583-9300
descalvado.sp.gov.br

Diadema
(11) 4057-7700
diadema.sp.gov.br

Dirce Reis
(17) 3694-1168
dircereis.sp.gov.br

Divinolândia
(19) 3663-8100
divinolandia.sp.gov.br

Dobrada
(16) 3386-9000
dobrada.sp.gov.br

Dois córregos
(14) 3652-9500
doiscorregos.sp.gov.br

Dolcinópolis
(17) 3636-7550

Dourado
(16) 3345-9000
dourado.sp.gov.br

Dracena
(18) 3821-8000
dracena.sp.gov.br

Duartina
(14) 3282-8282
duartina.sp.gov.br

Dumont
(16) 3944-9100
dumont.sp.gov.br

Echaporã
(18) 3356-1414
echapora.sp.gov.br

Eldorado
(13) 3871-6100
eldorado.sp.gov.br

Elias Fausto
(19) 3821-8899
eliasfausto.sp.gov.br

Elisiário
(17) 3529-1221
elisiario.sp.gov.br

Embaúba
(17) 3566-8000
embauba.sp.gov.br

Embu
0800-7730005
embu.sp.gov.br

Embu-Guaçu
(11) 4662-7350
embuguacu.sp.gov.br

Emilianópolis
(18) 3994-1165
emilianopolis.sp.gov.br

Engenheiro Coelho
(19) 3857-8000
pmengenheirocoelho.sp.gov.br

Espírito Santo do Pinhal
(19) 3661-8333
pinhal.sp.gov.br

Espírito Santo do Turvo
(14) 3375-9500
espiritosantodoturvo.sp.gov.br

Estiva Gerbi
(19) 3868-1111
estivagerbi.sp.gov.br

Estrela D'Oeste
(17) 3833-9411
pmestrela.sp.gov.br

Estrela do Norte
(18) 3999-3920
estreladonorte.sp.gov.br

Euclides da Cunha Paulista
(18) 3283-1121
euclidesdacunha.sp.gov.br

Fartura
(14) 3308-9300
fartura.sp.gov.br

Fernando Prestes
(16) 3258-1245
fernandoprestes.sp.gov.br

Fernandópolis
(17) 3465-0150
fernandopolis.sp.gov.br

Fernão
(14) 3273-1016
fernao.sp.gov.br

Ferraz de Vasconcelos
(11) 4674-7800
ferrazdevasconcelos.sp.gov.br

Flora Rica
(18) 3866-9090
pmflorarica.com.br

Floreal
(17) 3847-1316
floreal.sp.gov.br

Flórida Paulista
(18) 3581-9020
floridapaulista.sp.gov.br

Florínea
(18) 3377-9022
florinea.sp.gov.br

Franca
(16) 3711-9000
franca.sp.gov.br

Francisco Morato
(11) 4489-8900
franciscomorato.sp.gov.br

Franco da Rocha
(11) 4443-1700
francodarocha.sp.gov.br

Gabriel Monteiro
(18) 3602-9022
gabrielmonteiro.sp.gov.br

Gália
(14) 3274-9020
galia.sp.gov.br

Garça
(14) 3407-6600
prefgarca.sp.gov.br

Gastão Vidigal
(17) 3848-1155
gastaovidigal.sp.gov.br

Gavião Peixoto
(16) 3338-9999
gaviaopeixoto.sp.gov.br

General Salgado
(17) 3461-3380
generalsalgado.sp.gov.br

Getulina
(14) 3552-9222
getulina.sp.gov.br

Glicério
(18) 3647-9900
glicerio.sp.gov.br

Guaicará
(14) 3547-9217
guaicara.sp.gov.br

Guaimbê
(14) 3553-9700
guaimbe.sp.gov.br

Guaíra
(17) 3332-5100
guaira.sp.gov.br

Guapiaçu
(17) 3267-9700
guapiacu.sp.gov.br

Guapiara
(15) 3547-1142
guapiara.sp.gov.br

Guará
(16) 3831-9800
guara.sp.gov.br

Guaraçaí
(18) 3705-1290
guaracai.sp.gov.br

Guaraci
(17) 3285-9999
guaraci.sp.gov.br

Guarani D'Oe ste
(17) 3834-1179
guaranidoeste.sp.gov.br

Guarantã
(14) 3586-3300
guaranta.sp.gov.br

Guararapes
(18) 3606-8000
guararapes.sp.gov.br

Guararema
(11) 4693-8000
guararema.sp.gov.br

Guaratinguetá
(12) 3128-2800
guaratingueta.sp.gov.br

Guareí
(15) 3258-8300
guarei.sp.gov.br

Guariba
(16) 3251-9422
guariba.sp.gov.br

Guarujá
(13) 3308-7000
guaruja.sp.gov.br

Guarulhos
(11) 2475-8600
guarulhos.sp.gov.br

Guatapará
(16) 3973-0123
guatapara.sp.gov.br

Guzolândia
(17) 3637-1123
guzolandia.sp.gov.br

Herculândia
(14) 3486-9090
herculandia.sp.gov.br

Holambra
(19) 3802-8000
holambra.sp.gov.br

Hortolândia
(19) 3965-1400
hortolandia.sp.gov.br

Iacanga
(14) 3294-9400
iacanga.sp.gov.br

Iacri
(14) 3489-1250
iacri.sp.gov.br

Iaras
(14) 3764-9400
iaras.sp.gov.br

Ibaté
(16) 3343-1253
ibate.sp.gov.br

Ibirá
(17) 3551-9900
ibira.sp.gov.br

Ibirarema
(14) 3307-1422
ibirarema.sp.gov.br

Ibitinga
(16) 3352-7000
ibitinga.sp.gov.br

Ibiúna
(15) 3248-9900
ibiuna.sp.gov.br

Icém
(17) 3282-9111
icem.sp.gov.br

Iepê
(18) 3264-1311
iepe.sp.gov.br

Igaraçu do Tietê
(14) 3644-1032
igaracudotiete.sp.gov.br

Igarapava
(16) 3173-8200
igarapava.sp.gov.br

Igaratá
(11) 4658-1318
igarata.sp.gov.br

Iguape
(13) 3848-6800
iguape.sp.gov.br

Ilha Comprida
(13) 3842-7000
ilhacomprida.sp.gov.br

Ilha Solteira
(18) 3743-6000
ilhasolteira.sp.gov.br

Ilhabela
(12) 3896-9200
ilhabela.sp.gov.br

Indaiatuba
(19) 3834-9000
indaiatuba.sp.gov.br

Indiana
(18) 3995-1177
indiana.sp.gov.br

Indiaporã
(17) 3842-1232
indiapora.sp.gov.br

Inúbia Paulista
(18) 3556-9900
inubiapaulista.sp.gov.br

Ipaussu
(14) 3344-9000
ipaussu.sp.gov.br

Iperó
(15) 3266-1321
ipero.sp.gov.br

Ipeúna
(19) 3576-9000
ipeuna.sp.gov.br

Ipiguá
(17) 3269-9000
ipigua.sp.gov.br

Iporanga
(15) 3656-9830
iporanga.sp.gov.br

Ipuã
(16) 3832-0100
ipua.sp.gov.br

Iracemápolis
(19) 3456-9200
iracemapolis.sp.gov.br

Irapuã
(17) 3556-1600
irapua.sp.gov.br

Irapuru
(18) 3861-9040
irapuru.sp.gov.br

Itaberá
(15) 3562-1222
itabera.sp.gov.br

Itaí
(14) 3761-9200
itai.sp.gov.br

Itajobi
(17) 3546-9000
itajobi.sp.gov.br

Itaju
(14) 3667-1109
itaju.sp.gov.br

Itanhaém
(13) 3421-1600
itanhaem.sp.gov.br

Itaoca
(15) 3557-1118
itaoca.sp.gov.br

Itapecerica da Se rra
(11) 4668-9000
itapecerica.sp.gov.br

Itapetininga
(15) 3376-9600
itapetininga.sp.gov.br

Itapeva
(15) 3522-3208
itapeva.sp.gov.br

Itapevi
(11) 4143-7500
itapevi.sp.gov.br

Itapira
(19) 3843-9100
itapira.sp.gov.br

Itapirapuã Paulista
(15) 3548-1115
itapirapuapaulista.sp.gov.br

Itápolis
(16) 3263-8000
itapolis.sp.gov.br

Itaporanga
(15) 3565-1397
itaporanga.sp.gov.br

Itapuí
(14) 3664-8040
itapui.sp.gov.br

Itapura
(18) 3745-9020
itapurasp.com.br

Itaquaquecetuba
(11) 4753-7000
itaquaquecetuba.sp.gov.br

Itararé
(15) 3532-8000
Itarare.sp.gov.br

Itariri
(13) 3418-7300
itariri.sp.gov.br

Itatiba
(11) 4487-6015
itatiba.sp.gov.br

Itatinga
(14) 3848-9800
pmitatinga.sp.gov.br

Itirapina
(19) 3575-9000
itirapina.sp.gov.br

Itirapuã
(16) 3146-6700
itirapua.sp.gov.br

Itobi
(19) 3647-6000
itobinet.sp.gov.br

Itu
(11) 4813-9300
itu.sp.gov.br

Itupeva
(11) 4591-8100
itupeva.sp.gov.br

Ituverava
(16) 3830-7000
ituverava.sp.gov.br

Jaborandi
(17) 3347-1504
jaborandi.sp.gov.br

Jaboticabal
(16) 3209-3322
jaboticabal.sp.gov.br

Jacareí
(12) 3955-9000
jacarei.sp.gov.br

Jaci
(17) 3283-1292
jaci.sp.gov.br

Jacupiranga
(13) 3864-6400
jacupiranga.sp.gov.br

Jaguariúna
(19) 3867-9700
jaguariuna.sp.gov.br

Jales
(17) 3622-3000
jales.sp.gov.br

Jambeiro
(12) 3978-1765
jambeiro.sp.gov.br

Jandira
(11) 4619-8200
jandira.sp.gov.br

Jardinópolis
(16) 3690-2901
jardinopolis.sp.gov.br

Jarinu
(11) 4016-8200
jarinu.sp.gov.br

Jaú
(14) 3602-1777
jau.sp.gov.br

Jeriquara
(16) 3134-1256
jeriquara.sp.gov.br

Joanópolis
(11) 4888-9200
joanopolis.sp.gov.br

João Ramalho
(18) 3998-1107
pmjoaoramalho.com.br

José Bonifácio
(17) 3245-9200
josebonifacio.sp.gov.br

Júlio Mesquita
(14) 3487-9090
juliomesquita.sp.gov.br

Jumirim
(15) 3286-8077
jumirim.sp.gov.br

Jundiaí
(11) 4589-8400
jundiai.sp.gov.br

Junqueirópolis
(18) 3841-9090
junqueiropolis.sp.gov.br

Juquiá
(13) 3844-6111
juquia.sp.gov.br

Juquitiba
(11) 4681-4311
juquitiba.sp.gov.br

Lagoinha
(12) 3647-1201
lagoinha.sp.gov.br

Laranjal Paulista
(15) 3283-8300
laranjalpaulista.sp.gov.br

Lavínia
(18) 3698-9000
lavinia.sp.gov.br

Lavrinhas
(12) 3146-1104
lavrinhas.sp.gov.br

Leme
(19) 3573-4000
leme.sp.gov.br

Lençóis Paulista
(14) 3269-7000
lencoispaulista.sp.gov.br

Limeira
(19) 3404-9600
limeira.sp.gov.br

Lindoia
(19) 3898-9900
lindoia.sp.gov.br

Lins
(14) 3533-7000
lins.sp.gov.br

Lorena
(12) 3185-3500
lorena.sp.gov.br

Lourdes
(18) 3699-1132
lourdes.sp.gov.br

Louveira
(19) 3878-9700
louveira.sp.gov.br

Lucélia
(18) 3551-9200
lucelia.sp.gov.br

Lucianópolis
(14) 3286-1209
lucianopolis.sp.gov.br

Luiz Antônio
(16) 3983-9000
luizantonio.sp.gov.br

Luiziânia
(18) 3603-1208
luiziania.sp.gov.br

Lupércio
(14) 3474-1100
prefeituralupercio.sp.gov.br

Lutécia
(18) 3368-1101
lutecia.sp.gov.br

Macatuba
(14) 3298-9800
macatuba.sp.gov.br

Macaubal
(17) 3874-1183
macaubal.sp.gov.br

Macedônia
(17) 3849-1162
macedonia.sp.gov.br

Magda
(17) 3487-1137
magda.sp.gov.br

Mairinque
(11) 4718-8644
mairinque.sp.gov.br

Mairiporã
(11) 4419-8000
mairipora.sp.gov.br

Manduri
(14) 3356-1679
manduri.sp.gov.br

Marabá Paulista
(18) 3996-2096
marabapaulista.sp.gov.br

Maracaí
(18) 3371-9500
maracai.sp.gov.br

Marapoama
(17) 3548-9100
marapoama.sp.gov.br

Mariápolis
(18) 3586-1227
mariapolis.sp.gov.br

Marília
(14) 3402-6000
marilia.sp.gov.br

Marinópolis
(17) 3695-1101
marinopolis.sp.gov.br

Martinópolis
(18) 3275-9500
martinopolis.sp.gov.br

Matão
(16) 3383-4077
matao.sp.gov.br

Mauá
(11) 4512-7500
maua.sp.gov.br

Mendonça
(17) 3248-9000
mendonca.sp.gov.br

Meridiano
(17) 3475-1323
meridiano.sp.gov.br

Mesópolis
(17) 3638-6167
mesopolis.sp.gov.br

Miguelópolis
(16) 3835-6600
miguelopolis.sp.gov.br

Mineiros do Tietê
(14) 3646-9090
mineirosdotiete.sp.gov.br

Mira Estrela
(17) 3846-1163
miraestrela.sp.gov.br

Miracatu
(13) 3847-7000
miracatu.sp.gov.br

Mirandópolis
(18) 3701-9000
mirandopolis.sp.gov.br

Mirante do Paranapanema
(18) 3991-9191
mirantedoparanapanema.
sp.gov.br

Mirassol
(17) 3243-8121
mirassol.sp.gov.br

Mirassolândia
(17) 3263-1307
mirassolandia.sp.gov.br

Mococa
(19) 3656-9800
mococa.sp.gov.br

Mogi das Cruzes
(11) 4798-5000
mogidascruzes.sp.gov.br

Mogi Guaçu
(19) 3851-7000
mogiguacu.sp.gov.br

Mogi Mirim
(19) 3814-1000
mogimirim.sp.gov.br

Mombuca
(19) 3488-6262
mombuca.sp.gov.br

Monções
(17) 3484-1347
moncoes.sp.gov.br

Mongaguá
(13) 3445-3000
mongagua.sp.gov.br

Monte Aleg re do Sul
(19) 3899-1911
montealegredosul.sp.gov.br

Monte Alto
(16) 3244-3113
montealto.sp.gov.br

Monte Aprazível
(17) 3275-9500
monteaprazivel.sp.gov.br

Monte Azul Paulista
(17) 3361-9500
monteazulpaulista.sp.gov.br

Monte Castelo
(18) 3855-1133

Monte Mor
(19) 3879-9000
montemor.sp.gov.br

Monteiro Lobato
(12) 3979-9000
monteirolobato.sp.gov.br

Morro Agudo
(16) 3851-1400
morroagudo.sp.gov.br

Morungaba
(11) 4014-4300
morungaba.sp.gov.br

Motuca
(16) 3348-9300
motuca.sp.gov.br

Murutinga do Sul
(18) 3788-9121
murutingadosul.sp.gov.br

Nantes
(18) 3268-6200
nantes.sp.gov.br

Narandiba
(18) 3992-9090
narandiba.sp.gov.br

Natividade da Serra
(12) 3677-9700
natividadedaserra.sp.gov.br

Nazaré Paulista
(11) 4597-1526
nazarepaulista.sp.gov.br

Neves Paulista
(17) 3271-9020
nevespaulista.sp.gov.br

Nhandeara
(17) 3472-1266
nhandeara.sp.gov.br

Nipoã
(17) 3277-9000
nipoa.sp.gov.br

Nova Aliança
(17) 3811-9900
novaalianca.sp.gov.br

Nova Campina
(15) 3535-6100
novacampina.sp.gov.br

Nova Canaã Paulista
(17) 3681-1124
novacanaapaulista.sp.gov.br

Nova Castilho
(17) 3831-7090
novacastilho.sp.gov.br

Nova Europa
(16) 3387-9411
novaeuropa.sp.gov.br

Nova granada
(17) 3262-5200
novagranada.sp.gov.br

Nova Guataporanga
(18) 3856-1222
novaguataporanga.sp.gov.br

Nova Independência
(18) 3744-9990
novaindependencia.sp.gov.br

Nova Luzitânia
(17) 3483-9200
novaluzitania.sp.gov.br

Nova Odessa
(19) 3476-8600
novaodessa.sp.gov.br

Novais
(17) 3561-8780
novais.sp.gov.br

Novo Horizonte
(17) 3543-9000
novohorizonte.sp.gov.br

Nuporanga
(16) 3847-9200
nuporanga.sp.gov.br

Ocauçu
(14) 3475-1204
ocaucu.sp.gov.br

Óleo
(14) 3357-1146
pmoleo.sp.gov.br

Olímpia
(17) 3279-3299
olimpia.sp.gov.br

Onda Verde
(17) 3268-1222
ondaverde.sp.gov.br

Oriente
(14) 3456-1227
oriente.sp.gov.br

Orindiúva
(17) 3816-9600
orindiuva.sp.gov.br

Orlândia
(16) 3820-8000
orlandia.sp.gov.br

Osasco
(11) 3652-9000
osasco.sp.gov.br

Oscar Bressane
(14) 3457-1105
oscarbressane.sp.gov.br

Osvaldo Cruz
(18) 3528-9500
osvaldocruz.sp.gov.br

Ourinhos
(14) 3302-6000
ourinhos.sp.gov.br

Ouro Verde
(18) 3872-1106
ouroverde.sp.gov.br

Ouroeste
(17) 3843-3850
ouroeste.sp.gov.br

Pacaembu
(18) 3862-9090
pacaembu.sp.gov.br

Palestina
(17) 3293-1265
palestina.sp.gov.br

Palmares Paulista
(17) 3587 1107
palmarespaulista.sp.gov.br

Palmeira D'oeste
(17) 3651-1212
palmeiradoeste.sp.gov.br

Palmital
(18) 3351-9333
palmital.sp.gov.br

Panorama
(18) 3871-4250
panorama.sp.gov.br

Paraguaçu Paulista
(18) 3361-9100
eparaguacu.sp.gov.br

Paraibuna
(12) 3974-2080
paraibuna.sp.gov.br

Paraíso
(17) 3567-9510
paraiso.sp.gov.br

Paranapanema
(14) 3713-9200
paranapanema.sp.gov.br

Paranapuã
(17) 3648-9020
paranapua.sp.gov.br

Parapuã
(18) 3582-9020
parapua.sp.gov.br

Pardinho
(14) 3886-9200
pardinho.sp.gov.br

Pariquera-açu
(13) 3856-7100
pariqueraacu.sp.gov.br

Parisi
(17) 3839-1163
parisi.sp.gov.br

Patrocínio Paulista
(16) 3145-9910
patrociniopaulista.sp.gov.br

Pauliceia
(18) 3876-1240
prefeiturapauliceia.com.br

Paulínia
(19) 3874-5600
paulinia.sp.gov.br

Paulistânia
(14) 3275-8799
paulistania.sp.gov.br

Paulo de Faria
(17) 3802-9200
paulodefaria.sp.gov.br

Pederneiras
(14) 3283-9570
pederneiras.sp.gov.br

Pedra Bela
(11) 4037-1277
pedrabela.sp.gov.br

Pedranópolis
(17) 3838-1101
pedranopolis.sp.gov.br

Pedregulho
(16) 3171-9400
pedregulho.sp.gov.br

Pedreira
(19) 3893-3522
pedreira.sp.gov.br

Pedrinhas Paulista
(18) 3375-9090
pedrinhaspaulista.sp.gov.br

Pedro de Toledo
(13) 3419-7000
pedrodetoledo.sp.gov.br

Penápolis
(18) 3654-2500
penapolis.sp.gov.br

Pereira Barreto
(18) 3704-8500
pereirabarreto.sp.gov.br

Pereiras
(14) 3888-8100
pereiras.sp.gov.br

Peruíbe
(13) 3451-1000
peruibe.sp.gov.br

Piacatu
(18) 3693-9300
piacatu.sp.gov.br

Piedade
(15) 3244-8400
piedade.sp.gov.br

Pilar do Sul
(15) 3278-9700
pilardosul.sp.gov.br

Pindamonhangaba
(12) 3644-5600
pindamonhangaba.sp.gov.br

Pindorama
(17) 3572-9900
pindorama.sp.gov.br

Pinhalzinho
(11) 4018-4310
pinhalzinho.sp.gov.br

Piquerobi
(18) 3276-1010
piquerobi.sp.gov.br

Piquete
(12) 3156-1000
piquete.sp.gov.br

Piracaia
(11) 4036-2040
piracaia.sp.gov.br

Piracicaba
(19) 3403-1000
piracicaba.sp.gov.br

Piraju
(14) 3305-9000
estanciadepiraju.sp.gov.br

Pirajuí
(14) 3572-8222
pirajui.sp.gov.br

Pirangi
(17) 3386-9600
pirangi.sp.gov.br

Pirapora do Bom Jesus
(11) 4131-9191
piraporadobomjesus.sp.gov.br

Pirapozinho
(18) 3269-9900
pirapozinho.sp.gov.br

Pirassununga
(19) 3565-8000
pirassununga.sp.gov.br

Piratininga
(14) 3265-9530
piratininga.sp.gov.br

Pitangueiras
(16) 3952-9121
pitangueiras.sp.gov.br

Planalto
(18) 3695-9500
planalto.sp.gov.br

Platina
(18) 3354-1171
platina.sp.gov.br

Poá
(11) 4634-8800
poa.sp.gov.br

Poloni
(17) 3819-9900
poloni.sp.gov.br

Pompeia
(14) 3405-1500
pompeia.sp.gov.br

Pongaí
(14) 3581-1107
pmpongai.com.br

Pontal
(16) 3953-9999
pontal.sp.gov.br

Pontalinda
(17) 3699-8780
pontalinda.sp.gov.br

Pontes Gestal
(17) 3844-1277
pontesgestal.sp.gov.br

Populina
(17) 3639-9020
populina.sp.gov.br

Porangaba
(15) 3257-5620
porangaba.sp.gov.br

Porto Feliz
(15) 3261-9000
portofeliz.sp.gov.br

Porto Ferreira
(19) 3589-5200
portoferreira.sp.gov.br

Potim
(12) 3112-9200
potim.sp.gov.br

Potirendaba
(17) 3827-9200
potirendaba.sp.gov.br

Pracinha
(18) 3552-1141
pracinha.sp.gov.br

Pradópolis
(16) 3981-9900
pradopolis.sp.gov.br

Praia Grande
(13) 3496-2000
praiagrande.sp.gov.br

Pratânia
(14) 3844-8200
pratania.sp.gov.br

Presidente Alves
(14) 3587-1333
presidentealves.sp.gov.br

Presidente Bernardes
(18) 3262-9999
presidentebernardes.sp.gov.br

Presidente Epitácio
(18) 3281-9777
presidenteepitacio.sp.gov.br

Presidente Prudente
(18) 3902-4400
presidenteprudente.sp.gov.br

Presidente Venceslau
(18) 3272-9090
presidentevenceslau.sp.gov.br

Promissão
(14) 3543-9000
promissao.sp.gov.br

Quadra
(15) 3253-1225
quadra.sp.gov.br

Quatá
(18) 3366-9500
quata.sp.gov.br

Queiroz
(14) 3458-1137
queiroz.sp.gov.br

Queluz
(12) 3147-9020
queluz.sp.gov.br

Quintana
(14) 3488-1437
quintana.sp.gov.br

Rafard
(19) 3496-1816
rafard.sp.gov.br

Rancharia
(18) 3265-9200
rancharia.sp.gov.br

Redenção da Serra
(12) 3676-1282
redencaodaserra.sp.gov.br

Regente Feijó
(18) 3279-8010
regentefeijo.sp.gov.br

Reginópolis
(14) 3589-9200
reginopolis.sp.gov.br

Registro
(13) 3828-1000
registro.sp.gov.br

Restinga
(16) 3143-1172
restinga.sp.gov.br

Ribeira
(15)3555-1149
ribeira.sp.gov.br

Ribeirão Bonito
(16) 3355-9900
ribeiraobonito.sp.gov.br

Ribeirão Branco
(15) 3553-1178
ribeiraobranco.sp.gov.br

Ribeirão Corrente
(16) 3749-1000
ribeiraocorrente.sp.gov.br

Ribeirão do Sul
(14) 3379-1191
ribeiraodosul.sp.gov.br

Ribeirão dos Índios
(18) 3261-6256
ribeiraodosindios.sp.gov.br

Ribeirão Grande
(15) 3544-8800
ribeiraogrande.sp.gov.br

Ribeirão Pires
(11) 4828-9800
ribeiraopires.sp.gov.br

Ribeirão Preto
(16) 3977-9000
ribeiraopreto.sp.gov.br

Rifaina
(16) 3135-9500
rifaina.sp.gov.br

Rincão
(16) 3395-9100
rincao.sp.gov.br

Rinópolis
(18) 3583-1321
rinopolis.sp.gov.br

Rio Claro
(19) 3526-7200
rioclaro.sp.gov.br

Rio das Pedras
(19) 3493-9490
riodaspedras.sp.gov.br

Rio Grande da Serra
(11) 4820-8200
riograndedaserra.sp.gov.br

Riolândia
(17) 3291-1211
riolandia.sp.gov.br

Riversul
(15) 3571-1221
riversul.sp.gov.br

Rosana
(18) 3288-8200
rosana.sp.gov.br

Roseira
(12) 3646-9900
roseira.sp.gov.br

Rubiácea
(18) 3697-9117
rubiacea.sp.gov.br

Rubineia
(17) 3661-9099
rubineia.sp.gov.br

Sabino
(14) 3546-9100
sabino.sp.gov.br

Sagres
(18) 3558-1112
sagres.sp.gov.br

Sales
(17) 3557-9100
sales.sp.gov.br

Sales Oliveira
(16) 3852-0200
salesoliveira.sp.gov.br

Salesópolis
(11) 4696-3128
salesopolis.sp.gov.br

Salmourão
(18) 3557-1192
salmourao.sp.gov.br

Saltinho
(19) 3439-7800
saltinho.sp.gov.br

Salto
(11) 4602-8500
salto.sp.gov.br

Salto de Pirapora
(15) 3491-9595
saltodepirapora.sp.gov.br

Salto Grande
(14) 3378-1399
pmsaltogrande.sp.gov.br

Sandovalina
(18) 3277-1121
sandovalina.sp.gov.br

Santa Adélia
(17) 3571-3700
santaadelia.sp.gov.br

Santa Albertina
(17) 3633-9300
santaalbertina.sp.gov.br

Santa Bárbara D'Oeste
(19) 3455-8000
santabarbara.sp.gov.br

Santa Branca
(12) 3972-6620
santabranca.sp.gov.br

Santa Clara D'Oeste
(17) 3663-8700
santaclaradoeste.sp.gov.br

Santa Cruz da Conceição
(19) 3567-9200
santacruzdaconceicao.sp.gov.br

Santa Cruz da Esperança
(16) 3666-1115
santacruzdaesperanca.sp.gov.br

Santa Cruz das Palmeiras
(19) 3672-9292
scpalmeiras.sp.gov.br

Santa Cruz do Rio Pardo
(14) 3332-4000
santacruzdoriopardo.sp.gov.br

Santa Ernestina
(16) 3256-9100
santaernestina.sp.gov.br

Santa Fé do Sul
(17) 3631-9500
santafedosul.sp.gov.br

Santa Gertrudes
(19) 3545-8000
santagertrudes.sp.gov.br

Santa Isabel
(11) 4656-8700
santaisabel.sp.gov.br

Santa Lúcia
(16) 3396-9600
santalucia.sp.gov.br

Santa Maria da Serra
(19) 3187-9900
santamariadaserra.sp.gov.br

Santa Mercedes
(18) 3875-1231
santamercedes.sp.gov.br

Santa Rita D'Oeste
(17) 3643-1123
santaritadoeste.municipios.sp.gov.br

Santa Rita do Passa Quatro
(19) 3582-9000
santaritadopassaquatro.sp.gov.br

Santa Rosa de Viterbo
(16) 3954-8800
santarosa.sp.gov.br

Santa Salete
(17) 3662-9000
santasalete.sp.gov.br

Santana da Ponte Pensa
(17) 3692-1101
santanapontepensa.sp.gov.br

Santana de Parnaíba
(11) 4622-7500
santanadeparnaiba.sp.gov.br

Santo Anastácio
(18) 3263-9422
santoanastacio.sp.gov.br

Santo André
(11) 4433-0111
santoandre.sp.gov.br

Santo Antônio da Alegria
(16) 3668-1233
santoantoniodaalegria.sp.gov.br

Santo Antônio de Posse
(19) 3896-9000
pmsaposse.sp.gov.br

Santo Antônio do Aracanguá
(18) 3639-9000
saaracangua.sp.gov.br

Santo Antônio do Jardim
(19) 3654-1209
sajardim.sp.gov.br

Santo Antônio do Pinhal
(12) 3666-1122
santoantoniodopinhal.sp.gov.br

Santo Expedito
(18) 3267-1121
santoexpedito.sp.gov.br

Santópolis do Aguapeí
(18) 3605-9500
santopolisdoaguapei.sp.gov.br

Santos
(13) 3201-5000
santos.sp.gov.br

São Bento do Sapucaí
(12) 3971-6110
saobentodosapucai.sp.gov.br

São Bernardo do Campo
(11) 4348-1000
saobernardo.sp.gov.br

São Caetano do Sul
(11) 4233-7373
saocaetanodosul.sp.gov.br

São Carlos
(16) 3362-1000
saocarlos.sp.gov.br

São Francisco
(17) 3693-1101
saofrancisco.sp.gov.br

São João da Boa Vista
(19) 3634-1000
saojoao.sp.gov.br

São João das Duas Pontes
(17) 3481-1277
saojoaoddpontes.sp.gov.br

São João de Iracema
(17) 3875-6560
saojoaodeiracema.sp.gov.br

São João do Pau D'Alho
(18) 3857-1210
paudalho.sp.gov.br

São Joaquim da Barra
(16) 3810-9000
saojoaquimdabarra.sp.gov.br

São José da Bela Vista
(16) 3142-8100
sjbelavista.sp.gov.br

São José do Barreiro
(12) 3117-9200
saojosedobarreiro.sp.gov.br

São José do Rio Pardo
(19) 3682-7800
saojosedoriopardo.sp.gov.br

São José do Rio Preto
(17) 3203-1100
riopreto.sp.gov.br

São José dos Campos
(12) 3947-8000
sjc.sp.gov.br

São Lourenço da Serra
(11) 4687-1069
saolourencodaserra.sp.gov.br

São Luiz do Paraitinga
(12) 3671-7000
saoluizdoparaitinga.sp.gov.br

São Manuel
(14) 3812-4400
saomanuel.sp.gov.br

São Miguel Arcanjo
(15) 3279-8000
saomiguelarcanjo.sp.gov.br

São Paulo
(11) 3396-1600
capital.sp.gov.br

São Pedro
(19) 3481-9200
saopedro.sp.gov.br

São Pedro do Turvo
(14) 3377-9700
saopedrodoturvo.sp.gov.br

São Roque
(11) 4784-8500
saoroque.sp.gov.br

São Sebastião
(12) 3891-2000
saosebastiao.sp.gov.br

São Sebastião da Grama
(19) 3646-9700
ssgrama.sp.gov.br

São Simão
(16) 3984-1511
saosimao.sp.gov.br

São Vicente
(13) 3579-1300
saovicente.sp.gov.br

Sarapuí
(15) 3276-1177
sarapui.sp.gov.br

Sarutaiá
(14) 3387-1297
sarutaia.sp.gov.br

Sebastianópolis do Sul
(17) 3837-1210
sebastianopolisdosul.sp.gov.br

Serra Azul
(16) 3982-9100
serraazul.sp.gov.br

Serra Negra
(19) 3892-9627
serranegra.sp.gov.br

Serrana
(16) 3987-9244
serrana.sp.gov.br

Sertãozinho
(16) 3946-3000
sertaozinho.sp.gov.br

Sete Barras
(13) 3872-5500
setebarras.sp.gov.br

Severínia
(17) 3817-3300
severinia.sp.gov.br

Silveiras
(12) 3106-1150
silveiras.sp.gov.br

Socorro
(19) 3855-9600
socorro.sp.gov.br

Sorocaba
(15) 3238-2100
sorocaba.sp.gov.br

Sud Mennucci
(18) 3786-9600
sudmennucci.sp.gov.br

Sumaré
(19) 3873-8100
sumare.sp.gov.br

Suzanápolis
(18) 3706-9000
suzanapolis.sp.gov.br

Suzano
(11) 4745-2000
suzano.sp.gov.br

Tabapuã
(17) 3562-9022
tabapua.sp.gov.br

Tabatinga
(16) 3321-9500
tabatinga.sp.gov.br

Taboão da Serra
(11) 4788-5300
taboaodaserra.sp.gov.br

Taciba
(18) 3997-9070
taciba.sp.gov.br

Taguaí
(14) 3386-1265
pmtaguai.sp.gov.br

Taiaçu
(16) 3275-1101
pmtaiacu.sp.gov.br

Taiuva
(16) 3246-1207
taiuva.sp.gov.br

Tambaú
(19) 3673-9500
tambau.sp.gov.br

Tanabi
(17) 3272-9000
tanabi.sp.gov.br

Tapiraí
(15) 3277-4800
tapirai.sp.gov.br

Tapiratiba
(19) 3657-1521
tapiratiba.sp.gov.br

Taquaral
(16) 3253-9100
taquaral.sp.gov.br

Taquaritinga
(16) 3253-9100
taquaritinga.sp.gov.br

Taquarituba
(14) 3762-9666
taquarituba.sp.gov.br

Taquarivaí
(15) 3534-1170
taquarivai.sp.gov.br

Tarabaí
(18) 3289-9090
tarabai.sp.gov.br

Tarumã
(18) 3373-4500
taruma.sp.gov.br

Tatuí
(15) 3259-8400
tatui.sp.gov.br

Taubaté
(12) 3625-5000
taubate.sp.gov.br

Tejupá
(14) 3385-3200
tejupa.sp.gov.br

Teodoro Sampaio
(18) 3282-1224
teodorosampaio.sp.gov.br

Terra Roxa
(17) 3395-9600
terraroxa.sp.gov.br

Tietê
(15) 3285-8755
tiete.sp.gov.br

Timburi
(14) 3389-9500
timburi.sp.gov.br

Torre de Pedra
(15) 3252-8000
torredepedra.sp.gov.br

Torrinha
(14) 3656-9600
torrinha.sp.gov.br

Trabiju
(16) 3349-9200
trabiju.sp.gov.br

Tremembé
(12) 3607-1000
tremembe.sp.gov.br

Três Fronteiras
(17) 3691-8200
tresfronteiras.sp.gov.br

Tuiuti
(11) 4015-6212
tuiuti.sp.gov.br

Tupã
(14) 3404-1000
tupa.sp.gov.br

Tupi Paulista
(18) 3851-9000
tupipaulista.sp.gov.br

Turiúba
(18) 3696-1263
turiuba.sp.gov.br

Turmalina
(17) 3667-1192
turmalina.sp.gov.br

Ubarana
(17) 3807-8700
ubarana.sp.gov.br

Ubatuba
(12) 3834-1000
ubatuba.sp.gov.br

Ubirajara
(14) 3472-1201
ubirajara.sp.gov.br

Uchoa
(17) 3826-9502
uchoa.sp.gov.br

União Paulista
(17) 3278-1210
uniaopaulista.sp.gov.br

Urânia
(17) 3634-9020
urania.sp.gov.br

Uru
(14) 3582-8000
uru.sp.gov.br

Urupês
(17) 3552-1144
urupes.sp.gov.br

Valentim Gentil
(17) 3485-9400
valentimgentil.sp.gov.br

Valinhos
(19) 3849-8000
valinhos.sp.gov.br

Valparaíso
(18) 3401-9200
valparaiso.sp.gov.br

Vargem
(11) 4598-4143
vargem.sp.gov.br

Vargem Grande do Sul
(19) 3641-9000
vgsul.sp.gov.br

Vargem Grande Paulista
(11) 4158-8800
vargemgrandepta.sp.gov.br

Várzea Paulista
(11) 4596-9600
varzeapaulista.sp.gov.br

Vera Cruz
(14) 3492-9700
veracruz.sp.gov.br

Vinhedo
(19) 3826-7800
vinhedo.sp.gov.br

Viradouro
(17) 3392-8800
viradouro.sp.gov.br

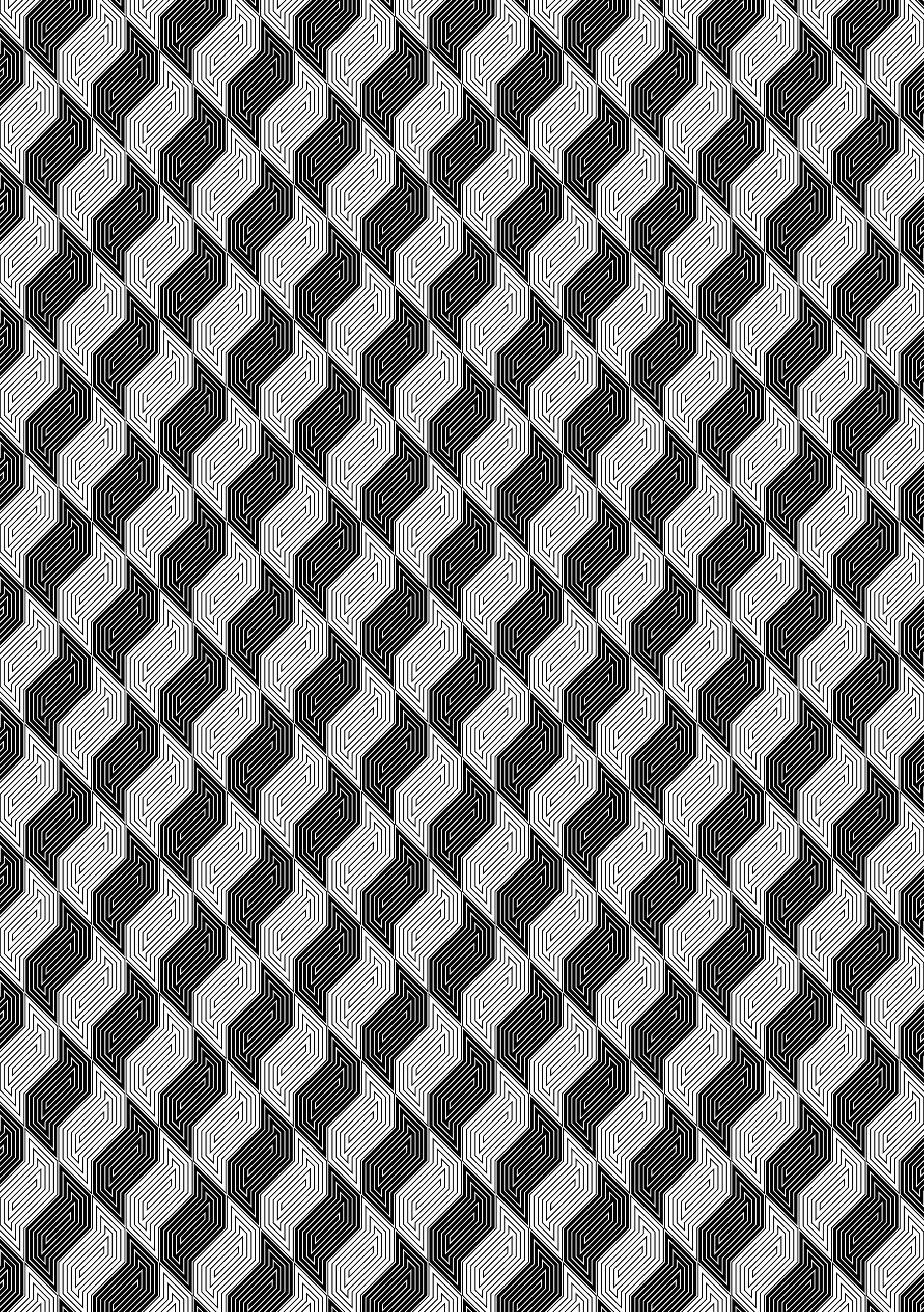
Vista Alegre do Alto
(16) 3277-8300
vistaalegredoalto.sp.gov.br

Vitória Brasil
(17) 3642-9000
pmvitoriabrasil.sp.gov.br

Votorantim
(15) 3353-8533
votorantim.sp.gov.br

Votuporanga
(17) 3405-9700
votuporanga.sp.gov.br

Zacarias
(18) 3694-8906
zacarias.sp.gov.br



SÃO PAULO.
ONE STATE,
MANY DESTINATIONS.

SÃO PAULO.
UN ESTADO,
MUCHOS DESTINOS.

Referências úteis

Useful references | Referencias útiles

Portal de Turismo do Estado de São Paulo
www.turismoemsaopaulo.com

Secretaria de Turismo do Estado de São Paulo
www.turismo.sp.gov.br

Instituto Brasileiro de Turismo - EMBRATUR
www.visitbrasil.com

Portal do Governo do Estado de São Paulo
www.saopauloglobal.sp.gov.br

Estâncias Paulistas (APRECESP)
www.turpaulista.com.br

Rotas de São Paulo
www.rotasdesaopaulo.com.br

Federação de Convention & Visitors Bureaux do Estado de São Paulo
www.fcvb-sp.org.br

Secretaria do Meio Ambiente do Estado de São Paulo (Trilhas de São Paulo)
www.trilhasdesaopaulo.sp.gov.br

Secretaria da Cultura do Estado de São Paulo
www.cultura.sp.gov.br

Agência de Transporte do Estado de São Paulo - ARTESP
www.artesp.sp.gov.br

Expresso Turístico do Estado de São Paulo
www.cptm.sp.gov.br/e_operacao/exprtur

Cidade de São Paulo (São Paulo Turismo)
www.cidadedesaopaulo.com

Cidade de São Paulo (São Paulo Convention & Visitors Bureau)
www.visitesaopaulo.com

www.turismoemsaopaulo.com

www.tourisminsaopaulo.com | www.turismoensaopaulo.com

TUR.SP
COMPANHIA PAULISTA DE EVENTOS E TURISMO

GOVERNO DO ESTADO SÃO PAULO
Secretaria de Turismo

EMBRATUR

BRASIL
Sensacional!