

Prepare-se para refazer todas as suas percepções e opiniões sobre a mais quente ilha do Caribe. Cuba é um país repleto de atrações imperdíveis. Descubra a exuberante natureza cubana, desde as mais belas praias caribenhas até os campos tropicais; a sua riqueza musical e a alegria de seu povo.

Começaremos com um bike tour pela cidade de La Havana, conhecendo os principais pontos turísticos da capital. No dia seguinte, partiremos para Sancti Spíritus, começando a nossa viagem pela região central do país, que abriga duas das mais antigas cidades fundadas em Cuba no século XVI. Nossa viagem seguirá por visuais belíssimos do mar caribenho, em região de importância histórica. Veja de perto a evolução do processo histórico, a alegria de um povo, o poder contagiante dos ritmos caribenhos e as inacreditáveis paisagens do mar do Caribe da melhor maneira: de bicicleta!

## #CARNABIKEZOU EM CUBA

A incrível ilha caribenha, de Bike

### Informações Básicas:

- Duração do tour: 8 noites / 9 dias
- Começa La Havana - Cuba
- Termina em La Havana - Cuba
- Recepção em: aeroporto de La Havana (HAV)
- 20 Vagas
- Distância total: 291 km
- Média distância diária: 48 km

### Descrição de dificuldade

Este é um tour de nível 2 (na nossa escala de 1 a 5). Este é um ótimo passeio para pessoas ativas (que regularmente correm, andam de bicicleta ou malham) com alguma experiência em passeios de bicicleta. Também é bom para ciclistas intermediários e avançados que querem um descanso em movimento. Viagens de 20 a 70 quilômetros por dia, em terrenos asfalto e terra batida com baixa altimetria. Vamos pedalar por estradas com pouco tráfego, em alguns trechos dividindo a estrada com carros – em Cuba não há grande frota veículos, os veículos são muito antigos e o tráfego nas rodovias que iremos percorrer é muito reduzido.

Dificuldade Física: ★ ★ ★ ☆ ☆

Dificuldade técnica: ★ ☆ ☆ ☆ ☆

## PROGRAMAÇÃO

### Primeiro Dia – 01/03/2025

Chegada ao aeroporto de Havana. Transfer até nosso hotel. Chegada e hospedagem situada no centro, próximo a famosa Avenida Malecón. Aproveite essa tarde para começar a entrar no clima da viagem dando uma volta pelos arredores. Nesta noite a nossa equipe lhes dará as boas-vindas à Cuba. Uma breve reunião quebra gelo e um briefing técnico sobre os próximos dias de viagem serão o giro inicial de nosso pedal para essa aventura.

Jantar de Boas-vindas incluído  
Pernoite: Casas Particulares ou Hotel Meliá

### Segundo Dia – 02/03/2025

City Tour por La Havana

Se inicia o nosso pedal e essa bela jornada pelo país. Hoje, faremos uma viagem pela cidade de La Havana, passando por várias ruas, palácios, bares tradicionais, fábricas de rum e de charutos, museus e construções históricas assemelhadas às grandes obras arquitetônicas europeias. Uma volta repleta de experiências marcantes, terminando em um restaurante incrível.

Distância percorrida: 20 quilômetros, sem altimetria considerável.

Pernoite Casas Particulares ou Hotel Meliá  
Café da manhã e almoço incluídos

### Terceiro Dia – 03/03/2025

De Sancti Spíritus a Trinidad

As duas principais cidades do centro do país em nosso itinerário deste dia. Pela manhã tomaremos um transfer até onde se dará o início de nossa viagem de bicicleta. Sancti Spíritus é uma cidade maravilhosa que conserva incrivelmente, por mais de três séculos o casario e arquitetura colonial espanhola intactos. A partir dessa cidade, nossa viagem seguirá pela zona rural cubana até Trinidad, uma cidade próxima ao mar que é absolutamente incrível. Trinidad, além de possuir um acervo histórico maior que Sancti Spíritus, foi reconhecida como patrimônio da humanidade pela Unesco em 1988. Ambas as cidades são oriundas da aristocracia açucareira do século XVI. Portanto, dizer que voltaremos neste tempo não é exagero. Nas cidades e na estrada que as conecta, pouca coisa mudou ao longo do tempo.

Distância percorrida: 70 km

Café da manhã, lanche de trilha, almoço e jantar inclusos.

Altimetria Positiva: +289  
Pernoite: Casas Particulares ou Mystique Trinidad Hotel

### **Quarto Dia – 04/03/2025**

Dia livre em Trinidad – ou quase livre

Pela manhã, nossa sugestão será um pedal até a Playa Ancón. Será a nossa primeira experiência no mar do caribe, desde o lado sul da ilha. Segure o seu queixo! O azul sem-fim dessa porção de mar está apenas começando. Delicie-se! À tarde, nossa sugestão será relaxar em algum bar do centro de Trinidad, ouvindo a boa e contagiante música cubana. A noite será livre. Boas opções de restaurantes estão por toda a parte. Indicaremos as melhores!

Distância percorrida: 20 km

Café da manhã e almoço inclusos.

Altimetria Positiva: Sem altimetria considerável

Pernoite: Casas Particulares ou Mystique Trinidad Hotel

### **Quinto Dia –05/03/2025**

De Trinidad a Guajimico

Um dia fantástico, margeando o mar caribenho e que promete ser incrível. Ao longo do caminho, pararemos em um lugar absolutamente único chamado Playa Guanayara. Ali mesmo, ao lado daquele espetáculo, poderemos tomar um suco de manga único e comer banana chips nas casas dos nativos que nos receberão. Seguiremos suavemente, até um lugarzinho que possui um hotel que já foi considerado um dos mais incríveis de Cuba na década de 1950. Guajimico é um paraíso incontestável. Descansaremos ali esta noite.

Distância percorrida: 40 quilômetros

Café da manhã, almoço e jantar inclusos.

Altimetria Positiva: +109

Pernoite no Hotel Guajimico

### **Sexto Dia –06/03/2025**

De Guajimico a Cienfuegos

No dia de hoje vamos deixar as belezas do Mar do Caribe momentaneamente para trás para adentrar um pouco à ilha, em direção a cidade de Cienfuegos. Cienfuegos é uma cidade cubana que foi colonizada por franceses e possui conservado casario de influência francesa, que lhe rendeu o título de Patrimônio de Humanidade no ano de 2005. Considerada a pérola de Cuba, a cidade é calorosa e acolhedora.

Distância percorrida: 41 km

Café da manhã, lanche de trilha inclusos, almoço e jantar inclusos.

Altimetria Positiva: +209  
Pernoite: Casas Particulares ou Hotel la Unión

### **Sétimo Dia – 07/03/2025** De Cienfuegos a Playa Girón

Um pequeno transfer na saída de Cienfuegos nos levará a uma vilazinha rural, de onde partiremos neste dia. Voltaremos a pedalar por uma estradinha asfaltada margeando o mar caribenho. Um pedal um tanto pitoresco se dará quando começarmos a nos desviar dos caranguejos gigantes de cor rubro-negra que atravessam a pista a todo momento. Esses caranguejos, comuns na região da Baía dos Porcos, não podem ser consumidos pelo homem devida a uma toxina venenosa presente em sua pigmentação. Antes de chegar a Playa Girón, uma parada em um lugar paradisíaco chamado de Caleta Buena será um dos pontos altos de toda a viagem. Várias piscinas naturais de águas translúcidas serão a diversão incessante em um verdadeiro paraíso caribenho.

Distância percorrida: 55 km

Café da manhã, lanche de trilha inclusos, almoço e jantar inclusos.

Altimetria Positiva: +50  
Pernoite: Hotel Playa Girón

### **Oitavo Dia – 08/03/2025** Playa Girón – Jaguey Grande – La Havana

Em 1961 uma tentativa de invasão frustrada à ilha Castrista, no intuito de derrubada do governo, se tornou um dos episódios mais conhecidos da história da Guerra Fria. Vários monumentos ao longo desse trecho do litoral cubano remetem à resistência dos revolucionários. A Baía dos Porcos, possui esse nome em função da existência de grande quantidade de suínos selvagens que habitavam a região, antes da chegada da colonização. O terreno realmente é propício aos hábitos destes animais: no sentido da cidade de Jaguey Grande, o ponto final dessa viagem, extensas regiões pantaneiras se formam em terrenos que estão abaixo do nível do mar, sendo habitat de crocodilos, assim como na Flórida. Em Jaguey Grande, encerraremos nosso tour com um almoço em conjunto, para celebrar os dias memoráveis que tivemos e que estão chegando ao final.

Após o almoço seguiremos nosso tour até a cidade de La Havana em transferência rodoviária privada.

Distância percorrida: 65 km

Café da manhã, lanche de trilha inclusos, almoço inclusos.

Altimetria Positiva: +35  
Pernoite: Casas Particulares ou Hotel Meliá ou similar



## **Nono Dia – 09/03/2025**

La Havana – Aeroporto – Origem

É hora de nos despedirmos. Se você deseja permanecer mais alguns dias em Cuba, nós teremos o maior interesse em ajudá-lo em sua programação. Sugerimos uma esticada até Varadero, um incrível complexo hoteleiro, com pacotes *all inclusive* à beira mar. Nosso transfer ao aeroporto sairá logo cedo. Hasta pronto!

Distância percorrida: Sem atividades

Café da manhã incluído.

Pernoite: Sem pernoite

## **Recepção/Partida**

Aeroportos sugeridos: Chegada através do Aeroporto de Havana (HAV). A sua chegada deverá ser programada para o dia 01/03/2025, para chegada até as 12 horas. Nosso time estará de prontidão para recebê-lo no aeroporto. O seu retorno deverá ser agendado para o dia 09/03/2025 desde o Aeroporto Internacional logo pela manhã. O transfer ao nosso hotel – aeroporto - hotel será em grupo.

## **O que está incluído**

- Recepção Aeroporto de Havana (in)
- Transfer ao Aeroporto de Havana (out)
- Transferes privados nos dias 03, 07 e 08
- Bike tours conforme programação
- Serviço de apoio conforme ABNT Cicloturismo NBR 15509-1
- Veículo de apoio acompanhando o grupo
- Transferências de bagagens entre os hotéis
- 09 noites de hospedagem em quartos duplos com café da manhã incluído, conforme programação e opção de hospedagem.
- 07 almoços
- 05 jantares
- Água, frutas e lanches durante os bike tours
- Acesso a todos os atrativos descritos na programação
- Todas as taxas de pedágio, acesso e balsas
- Serviço mecânico para bicicletas, com pequenos reparos (excluindo-se peças)
- Guias brasileiros e cubanos munidos de rádios VHF

## **Não Incluído**

- Refeições ou atividades não especificadas
- Bebidas alcoólicas
- Viagem e transporte de e para o início e fim da excursão
- bicicleta
- Entradas em espetáculos, bares e museus
- Seguro de Viagem e Seguro Saúde internacional
- gratificações

## HOSPEDAGEM EM CASA PARTICULAR EM CUBA

Por questões políticas e econômicas do país, alugar um quarto da própria casa é uma maneira dos cubanos aumentarem a renda da família, portanto, é muito comum em toda Cuba, mas muito comum mesmo. É só dar uma andada básica pelas ruas que já é possível ver as plaquinhas indicativas nas casas. As casas particulares em Cuba precisam ser cadastradas no governo e ter uma identificação oficial na porta que consiste em um símbolo azul. O banheiro é dentro do próprio quarto, que tem ar-condicionado e muitas vezes um frigobar com algumas coisinhas básicas dentro. Todos oferecem toalha, papel higiênico e alguns até sabonete. Tudo muito bem arrumadinho e limpo. A menos que você seja uma pessoa que ama luxo, ficar em uma casa particular em Cuba é muito bom e a infraestrutura é ótima. Sugerimos muito que você opte por ficar na casa de um cubano. Além de fazer amizades com os anfitriões que são adoráveis, você irá agregar uma experiência incrível conhecendo profundamente a história de vida do povo cubano. Além disso, você ainda ajuda a girar a economia entre os próprios cubanos, que contam com o dinheiro do aluguel das casas e do café da manhã para complementar a renda. Fique tranquilo! Nós selecionamos as melhores opções de casas particulares em nosso itinerário.

Se, mesmo assim, você preferir ficar em um hotel – por conta de privacidade, conforto ou quaisquer outros motivos – sem problemas! Veja as nossas opções, a seguir:

(texto adaptado turistaprofissional.com)



## UPGRADE DE CATEGORIA - HOTEL-LIST

Meliá Havana ou similar	<a href="https://www.meliacuba.com/es/destinos/la-habana/hoteles/melia-habana">https://www.meliacuba.com/es/destinos/la-habana/hoteles/melia-habana</a>	5 estrelas
Hotel Mystic Trinidad	<a href="https://www.mystiqueressorts.com/resorts/trinidad-la-popay">https://www.mystiqueressorts.com/resorts/trinidad-la-popay</a>	5 estrelas
Hotel La Union Cienfuegos	<a href="https://www.melia.com/es/hoteles/cuba/cienfuegos/hotel-la-union-by-melia">https://www.melia.com/es/hoteles/cuba/cienfuegos/hotel-la-union-by-melia</a>	4 estrelas

## HOTEL-LIST COMUM ÀS DUAS CATEGORIAS DE HOSPEDAGEM

Hotel Guajimico	<a href="https://maps.app.goo.gl/TCwJa42JyYsgMbzK9">https://maps.app.goo.gl/TCwJa42JyYsgMbzK9</a>	3 estrelas
Hotel Playa Girón	<a href="https://maps.app.goo.gl/mq8DaUGbTMiTKaPx5">https://maps.app.goo.gl/mq8DaUGbTMiTKaPx5</a>	3 estrelas

## BICILETAS DISPONÍVEIS PARA LOCAÇÃO

As bicicletas disponíveis para locação em Cuba são de marcas diversas, em excelente estado de manutenção, mas sem os devidos avanços tecnológicos das bicicletas que estamos acostumados no Brasil. Se você deseja levar a sua própria bike à Cuba, todo o serviço de montagem, assistência técnica, desmontagem e preparação para retorno ao Brasil estão incluídos.

€ 290  
(para o tour)



DATAS	HOSPEDAGEM	A PARTIR DE
01/03/2025	CASA PARTICULAR	€ 1,590 terrestre
01/03/2025	HOTÉIS	€ 2,280 terrestre

*valores por pessoa em quartos duplos*

## SUPLEMENTO PARA QUARTO INDIVIDUAL

CASA PARTICULAR	€ 290
HOTÉIS	€ 690

### **Condições de pagamento**

- Pagamento de 30% do valor da reserva e saldo até 30 dias antes do Pick-Up em La Havana

O preço da excursão é baseado em quartos duplos e inclui os serviços especificados no itinerário. O preço não inclui serviços e refeições não relacionados especificamente no itinerário e servidas em restaurantes de terceiros estando ou não durante o trajeto; não inclui transporte aéreo ou outro transporte de ida e volta dos pontos de início e término da excursão (salvo indicação em contrário no itinerário), vistos e vacinas ou despesas pessoais, como lavanderia, seguro médico e comunicações.

### **Cancelamento e Reembolsos**

Todos os cancelamentos devem ser recebidos por escrito ou via e-mail confirmado.

- a) 100% reembolsável até 120 dias antes do início da excursão.
- b) Nenhum reembolso é possível após o início da excursão. Os reembolsos levam de 2 a 4 semanas para serem processados a partir da data em que o cancelamento por escrito é recebido.

