

1. Caminhada do Mínimo Impacto (Leave no Trace)

 **Local:** Parque Ecológico Enseada Norte - caminhantes do Cerrado

 **Distância:** 4 km

 **Condutora:** Rose Faria

 **Horário:** 8h00

Características: caminhada em percurso plano, alternando terra, asfalto e single track, com foco nos princípios do mínimo impacto e educação ambiental.

Mais informações sobre a Trilha do Parque Ecológico Enseada Norte:

<https://caminhantesdocerrado.com/product/0108-caminhada-de-minimo-impacto/EdR8UzYS>

2. Parque Três Meninas

 **Local:** Parque Três Meninas (Samambaia)

 **Distância:** 5 km

 **Condutores:** Viviane CPC e Prof. Wagner (IFB)

 **Horário:** 9h00

Características: trilha de nível médio, voltada à educação ambiental, com atividades sobre redução de resíduos plásticos.

3. Parque Ecológico de Águas Claras

 **Local:** Parque Ecológico de Águas Claras

 **Distância:** 6 km

 **Condutora:** Maria Luiza Lombas (Malu Lombas) e

 **Horário:** 8h00

Características: caminhada para conhecer o parque, incluindo visita ao viveiro comunitário e ações de sensibilização ambiental.

4. Trilha Jatobá (FLONA)

 **Local:** Floresta Nacional de Brasília (Taguatinga)

 **Distância:** 6 km

 **Condutora:** Cláudia Maria de Souza Ribeiro

 **Horário:** 7h30

Características: percurso leve, plano e autoguiado, indicado para iniciantes, passando por áreas de Cerrado, murundus e reflorestamento.

5. Trilha Veredinha (Nascentes)

 **Local:** Parque Ecológico Veredinha

 **Distância:** 2 km

 **Condutora:** Luciana Marques

 **Horário:** 8h00

Características: caminhada leve com enfoque na importância das nascentes e da conservação dos recursos hídricos.

6. Trilha Melchior

 **Local:** Unidade de Conservação / ARIE JK

 **Distância:** 7 km

 **Condutor:** Joerlanio Alves (Lanno)

 **Horário:** 7h30

Características: trilha de ecoturismo com foco na recuperação do Rio Melchior, Cerrado e patrimônio arqueológico.

7. Trilha do Parque Mangueiral

 **Local:** Parque Mangueiral

 **Distância:** 8 km

 **Condutor:** Joel Matos

 **Horário:** 8h00

Características: caminhada voltada à defesa do parque e à valorização da conservação ambiental.

8. Trilha II Ezechias Heringer

 **Local:** Parque Urbano Ezechias Heringer

 **Distância:** 11 km

 **Condutor:** Fábio Henrique Santos da Silva Alves

 **Horário:** 8h00

Características: percurso leve, ideal para contemplação do Cerrado e atividades de educação ambiental.

9. Lago do Cortado

 **Local:** Parque Urbano do Cortado

 **Distância:** 1 km

 **Condutora:** Sandra Walkiria Cesar Palmeira

 **Horário:** 8h30

Características: caminhada leve com vivência de meditação, contemplação e banho de floresta.

10. Trilha I Ezechias Heringer

 **Local:** Parque Ezechias Heringer

 **Distância:** 4 km

 **Condutora:** Alessandra Rodrigues Oliveira Mesquita

 **Horário:** 8h30

Características: percurso contemplativo, indicado para quem busca contato tranquilo com a natureza.

11. Trilha Jatobá (Tamires)

 **Local:** Floresta Nacional de Brasília (FLONA)

 **Distância:** variável

 **Condutora:** Tamires Cortes

 **Horário:** 9h00

Características: caminhada leve com atividades voltadas à educação ambiental.

12. Trilha do Macaco

 **Local:** Parque Distrital do Gama (Prainha)

 **Distância:** 2 km

 **Condutora:** Ana Lúcia dos Santos Vieira

 **Horário:** 8h30

Características: trilha fácil e arborizada, com pequena subida e ambiente propício para lazer em família.

13. Trilha dos Pequês

 **Local:** Parque Ecológico Veredinha

 **Distância:** 2,5 km

 **Condutor:** Edmi Moreira

 **Horário:** 9h30

Características: percurso leve margeando a mata ciliar, ideal para observação da vegetação local.

14. Parque Ecológico das Sucupiras

 **Local:** Parque Ecológico das Sucupiras (Setor Sudoeste)

 **Distância:** 2 km

 **Condutor:** Fernando de Castro Lopes

 **Horário:** 9h00

Características: visita guiada com informações sobre fauna, flora e a importância da preservação de um dos principais remanescentes do Cerrado no DF.

15. Sucupira

 **Local:** Região de Sucupira

 **Distância:** a definir

 **Condutora:** Emilly

 **Horário:** a definir

Características: caminhada de integração com foco na valorização do Cerrado e da natureza local.

16. Parque de Uso Múltiplo Vila Planalto

 **Local:** Parque de Uso Múltiplo Vila Planalto

 **Distância:** 3 km

 **Condutora:** Fátima Ali Abdalah Abdel Cader Nascimento

 **Instituição:** Grupo Escoteiro do Mar Almirante Benjamin Sodré – 23º DF

 **Horário:** 8h00

Características: trilha de nível médio, ideal para famílias e grupos, com atividade de sensibilização ambiental voltada à coleta de resíduos durante o percurso.

17. Trilha da Matinha

 **Local:** Comunidade CooperPalmas Agroambiental

 **Distância:** 700 metros

 **Condutor:** Antonio Portero Campo

 **Instituição:** Cooperativa CooperPalmas

 **Horário:** 7h00

Características: percurso curto e contemplativo por mata primária de Cerrado típico, proporcionando contato direto com a biodiversidade local e observação da natureza.

18. Vale Perdido

 **Local:** Parque Ecológico dos Pequizeiros – Planaltina/DF

 **Distância:** 7 km

 **Condutora:** Êmilly Oliveira da Silva

 **Instituição:** Movimento CPC – GT Caminhos da Pedra

 **Horário:** 19h00

Características: trilha circular de nível moderado, com trechos técnicos, subida pela serra e retorno por estrada de terra, proporcionando uma experiência diferenciada de caminhada noturna em meio ao Cerrado.

 **Atividade especial:** Caminhada na Lua Cheia.