

Dicas para planejar viagens de esqui



Guia criado com o suporte do Expedia TAAP © 2022



Seu guia completo para viagens de esqui

Mesmo que a montanha seja a sua paixão, planejar uma viagem de esqui é sempre uma aventura. Quer saber como organizar tudo? Conte com a gente! Temos experiência com o planejamento de férias na neve e queremos compartilhar algumas dicas para ajudar você a começar a se organizar.

01. Preciso ter aulas de esqui?	3
02. Preciso alugar equipamento de esqui?	4
03. Devo contratar um seguro ao viajar para esqui?	5
04 O que eu preciso saber sobre ingressos para o teleférico?	6
05. Vou ter mal da montanha ao esquiar?	7
06 O que devo levar na mala?	8
07. Como escolho uma estação de esqui?	9
A viagem de esqui perfeita está à sua espera	12



Preciso ter aulas de esqui?

01

Além de apresentar as noções básicas sobre como esqui ou praticar snowboard, as aulas ensinam você a se proteger na montanha. Você vai aprender a desacelerar, parar e virar, além de se comportar enquanto estiver na montanha, como respeitar as outras pessoas, controlar a velocidade, ultrapassar, combinar movimentos e a dar a preferência com segurança.

As aulas evoluem de acordo com o seu progresso. Depois que você dominar o básico, os instrutores vão ajudar a aumentar a velocidade ou o nível de dificuldade com confiança. Você pode até mesmo optar por manobras mais ousadas em curvas, rampas, parques e saltos, e praticar freestyle e esqui backcountry.

Dica: se quiser economizar, participe de aulas em grupo, em vez de individuais. Elas são mais baratas e costumam ser mais divertidas!



Preciso alugar equipamento de esqui?

02

Comprar o próprio equipamento pode ser caro e desnecessário. As lojas de aluguel têm tudo de que você precisa, desde equipamentos para iniciantes até para pessoas com nível mais avançado. É óbvio que, sendo iniciante, o aluguel permite que você experimente o esporte antes de gastar dinheiro com um kit que você possa nunca mais usar.

Talvez não convenha alugar se você sabe que vai viajar para uma estação de esqui a cada temporada ou até mesmo com maior frequência. No entanto, se você vai esquiar no começo da temporada, principalmente quando a neve ainda é fina e as lojas contam com equipamentos novos, o melhor é alugar uma prancha. Assim, você pode experimentar diferentes marcas e tipos, o que é ideal se você pretende comprar um equipamento novo.

Dica: os sites de aluguel oferecem a possibilidade de selecionar o kit antes da sua chegada e pedir para que a entrega seja feita na acomodação. Dessa forma, você não precisa enfrentar longas filas.



Devo contratar um seguro ao viajar para esqui?

Em uma situação ideal, você vai para a estação de esqui, explora as pistas, tenta algumas manobras, curte o après-ski (as atividades que você pode fazer depois de um dia de aventura nas pistas) e se diverte. Ótimo! Mas, às vezes, imprevistos acontecem, não necessariamente nas pistas. Imagine, por exemplo, se você escorrega na rua depois de sair de uma festa. Por isso, é uma boa ideia reservar um pouco de dinheiro para o seguro.

Talvez você precise abrir um sinistro após perder um esqui durante uma manobra. Talvez o seu capacete e os óculos tenham sido roubados. Talvez seja necessário chamar um helicóptero para ir embora da montanha.

Claro que esperamos que nada disso aconteça. Mas, caso contrário, contar com um seguro é sempre garantia de menos estresse.

Dica: não economize com seguro. Alugue equipamentos mais baratos, gaste menos com refeições, mas contrate uma apólice com cobertura completa.

03



O que eu preciso saber sobre ingressos para o teleférico?

04



Não se engane, os ingressos para o teleférico costumam ser caros, mas sempre há meios para gastar menos¹. Se desejar pagar uma tarifa, espere chegar até a estação de esqui e compre um ingresso de 1 dia no guichê. Até mesmo os ingressos de 1 semana ou de X dias em Y são mais caros quando você compra ao chegar.

As ofertas de última hora não valem para o teleférico: o melhor é planejar com antecedência. Para aproveitar os melhores preços, faça uma reserva on-line antecipada. Muitas estações vendem ingressos (até 30%) mais baratos antes do início da temporada.

Dica: é comum que as estações de esqui incentivem você a reservar pacotes que incluam ingressos para o teleférico, alugueis de equipamento, aulas e outras coisas. Isso é bom!

Vou ter mal da montanha ao esquiar?

05

Se você está a 2.400 metros, não é raro ter alguns sintomas de mal da montanha². O oxigênio é menor do que ao nível do mar. Por isso, é comum sentir dores de cabeça, fadiga, perda de sono ou de apetite. No entanto, esses sintomas desaparecem depois do primeiro dia, mais ou menos, à medida que o corpo se acostuma com a altitude.

Dica: para aliviar os sintomas, recomendamos não consumir álcool ou beber muito pouco no primeiro dia. Além disso, beba bastante água e tome ibuprofeno.



O que devo levar na mala?

06



Dizem que não existe tempo ruim, apenas roupas inadequadas. No entanto, fazer as malas para uma viagem de esqui pode ser complicado. Se você for pegar pesado, um dia nas pistas pretas é muito cansativo. Agora, se você vai usar as pistas azuis e verdes, provavelmente nem vai suar.

Em todo caso, recomendamos que você se vista em camadas. É fundamental usar um bom conjunto de roupas de compressão (camisetas e calças), assim como jaquetas e calças impermeáveis. Além desses itens, convém levar camisetas esportivas normais, fleece e roupas de corrida.

Você não precisa gastar muito.

Em geral, as pessoas vão ao après-ski com a roupa que usaram na montanha, mas talvez você queira vestir algo mais adequado para socializar. Lembre-se de incluir roupas de banho, roupas para os dias em que você não for esquiar, filtro solar, uma mochila e uma garrafa de água.

Dica: se você vai levar o próprio equipamento, aproveite o espaço disponível na bolsa da prancha ou dos esquis para guardar as suas roupas ou outros objetos.

Como escolho uma estação de esqui?

07

Essa é a parte mais difícil: escolher o destino. Cada estação e montanha têm as próprias características, mas um bom ponto de partida é identificar quais são os níveis de pista desses lugares³. Escolha o destino que ofereça o tipo de esqui que você busca.

EUA e Canadá

- Verde: iniciantes
- Azul: intermediário
- Diamante negro: avançado
- Duplo diamante negro: expert (difícil/perigoso)

Europa e Japão

- Azul: iniciantes
- Vermelho: intermediário
- Preto: avançado
- Duplo ou triplo diamante negro: expert (íngreme/estreito/difícil/perigoso)





EUA e Canadá

Para todo mundo que pratica esqui e snowboard, o Alasca é uma experiência única. Aqui, o esqui e o après-ski não são nada refinados: o terreno é acidentado, o heli-esqui é espetacular e a aventura é eletrizante. Vá para Valdez para encontrar encostas íngremes, ideais para a prática de heli-esqui, ou pistas igualmente impressionantes, mas menos desafiadoras⁴.

Para os iniciantes nos esportes de neve, Whistler, Tahoe ou qualquer uma das 32 estações de esqui no Colorado são bem equipadas com grandes escolas de esqui e sistemas de aluguel eficientes, além de teleféricos e bondinhos que levam você para onde quiser. Nessas estações, o entretenimento e o après-ski são tão importantes quanto o tempo na pista.



Europa

Localizado sob o contorno do impressionante Mont Blanc, Chamonix é a joia da coroa do esqui francês. Nessa estação, estão algumas das melhores pistas e instalações da Europa por ser um destino mais frequentado por praticantes de níveis mais avançados, mas ela também oferece muitas opções para iniciantes e pessoas de nível intermediário⁵. Você vai encontrar pistas largas e pouco frequentadas, escolas bem organizadas e instrutores com muita disposição para transmitir o que sabem.

Se você busca férias mais baratas na Europa, vá para a Áustria e Andorra. As estações mais baixas, com menos pistas e pessoas, são agradáveis, principalmente quando não vão comprometer o seu orçamento. Os vários restaurantes administrados por famílias servem comida caseira a um bom preço, e você pode comprar produtos frescos no supermercado local.



Japão

O Japão ocupa as primeiras posições da lista para praticantes de nível avançado que buscam uma neve recente e leve, e pistas sensacionais que passam por entre as árvores. Quando neva nas pistas de Hokkaido, você só precisa se abaixar um pouco para sentir que está voando. As 600 estações⁶ no Japão ficam muito cheias, principalmente em janeiro e no início de fevereiro.

Para os iniciantes que escolhem esse país para começar, a primavera é uma época maravilhosa. A neve difícil não cobre as encostas suaves, as cerejeiras estão florindo e, de quebra, os onsen e sushis fazem a alegria de qualquer pessoa. O vale de Hakuba, em Nagano, é uma opção fantástica pela versatilidade⁷, mas, se você quer curtir um après-ski maravilhoso, visite Niseko.



América do Sul

Enquanto o hemisfério norte descansa no verão, a América do Sul dá início à temporada de esqui. Para quem gosta de encostas difíceis, uma paisagem incrível e vida noturna agitada, Las Leñas, na Argentina⁸, é a opção ideal, principalmente se o seu nível não é iniciante. Se você busca uma aventura com menos adrenalina, Pucon, localizada no vulcão Vullarrica no sul do Chile, oferece vistas espetaculares.

Agora, se você quer um ambiente mais descontraído, ótimas escolas de esqui e um après-ski fantástico com vinho e comida, visite o Valle Nevado e o Ski Portillo no Chile, 2 ícones sul-americanos quando o assunto é esportes de neve.



A viagem de esqui perfeita está à sua espera

As férias na montanha costumam ser muito especiais. São poucas as viagens que despertam a sensação de liberdade que as pistas oferecem e que proporcionam momentos divertidos com pessoas especiais em um destino espetacular.

Fale com a gente, e vamos ajudar você a organizar as férias de esqui perfeitas para você. Nossos especialistas em esportes de inverno sabem exatamente onde é bom, quando e para quem. Então, entre em contato ainda hoje para darmos um play nos seus planos!



Notas de rodapé

- 1 <https://www.wagnerskis.com/blogs/journal/lift-ticket-purchasing-strategy-101>
- 2 <https://www.visitsaltlake.com/blog/stories/post/how-to-recognize-treat-prevent-altitude-sickness>
- 3 <https://skiprofiles.com/ski-slope-levels-what-skill-do-i-need/>
- 4 <https://welove2ski.com/ski-resorts/skiing-in-alaska>
- 5 <https://www.chamonix.net/english/winter-activities/skiing/ski-slopes/beginners>
- 6 <https://www.forbes.com/sites/everettpotter/2018/10/21/powder-in-japan-with-ski-com/>
- 7 <https://www.hakubavalley.com/en/>
- 8 <https://en.laslenas.com/>