

DISTÂNCIAS DISTANCES

ÍNDICE DE CIDADES TURÍSTICAS / INDEX OF TOURIST CITIES

Estâncias Balneárias / Beach Resorts	Coordenadas / Coordinates	Distâncias / Distances
Cananéia	F-7	257 km
Coroatuba	G-6	181 km
Guapó	G-6	86 km
Iguape	F-6	201 km
Ihabela	H-5	208 km
Ilhabela	G-6	107 km
Montevidéu	G-6	88 km
Parati	F-6	138 km
Prata Grande	G-6	85 km
Santos	G-5	71 km
São Sebastião	H-5	203 km
São Vicente	G-5	75 km
Ubatuba	H-5	228 km

Estâncias Turísticas / Tourist Areas

Apericó	H-4	174 km
Barra Bonita	H-4	302 km
Embu	G-5	26 km
Itaipava	F-5	84 km
São Pedro	F-4	198 km

Estâncias Climáticas / Health Resorts

Avanhandare	F-4	222 km
Bragança Paulista	G-4	83 km
Caçapava	G-3	207 km
Campos do Jordão	H-4	170 km
Campos Novos Paulista	D-4	442 km
Carlinhos	F-5	222 km
Nupuranga	F-2	373 km
São Rita das Pedras	F-3	252 km
São Antonio do Pinhal	H-4	144 km
São Bento do Sapucaí	H-4	165 km

Estâncias Turísticas (Hidrominerais) / Hydromineral Spas

Águas de Prata	G-3	228 km
Águas de Lindóia	D-4	170 km
Águas de São Pedro	F-4	190 km
Amperó	G-4	130 km
Alibonito	H-5	40 km
Buril	D-3	415 km
Monte Alegre do Sul	G-4	161 km
Pão de Açúcar	G-5	143 km
Serra Negra	G-4	33 km
Socorro	G-4	134 km

Regiões Administrativas / Administrative Regions

Araraquara	E-3	328 km
Boremas	E-2	424 km
Bouras	D-4	340 km
Compinha	F-4	95 km
Marília	F-4	452 km
Presidente Prudente	G-5	373 km
Ragato	F-6	189 km
Ribeirão Preto	F-3	313 km
Santos	G-5	71 km
São José dos Campos	G-5	89 km
São José do Rio Preto	D-2	441 km
São João do Rio Preto	G-5	152 km
Sorocaba	F-5	96 km

FONTE SOURCE: Secretaria dos Transportes do Estado de São Paulo

ROTEIROS DE SÃO PAULO GETTING AROUND

ESTÂNCIAS BALNEÁRIAS / SEASIDE RESORTS

No litoral paulista, a paisagem nunca é monotona: ora se encontra uma orla recortada por montanhas e penhascos, mais adiante chamam a atenção as extensas praias de areias brancas e mar de ondas pouco agitadas. É preciso conhecer nossas principais balneárias: **Guaruá, Santos, Ubatuba, São Vicente, Praia Grande e Itanhaém**, entre outras, com excelente infra-estrutura hoteleira e de serviços em geral.

On the São Paulo shore the landscape is never monotonous. Suddenly there appears a tiny beach surrounded by mountains and cliffs. It calls our attention big beaches, with white sand and calm sea. It's a must to visit our main seaside resorts: **Guaruá, Santos, Ubatuba, São Vicente, Praia Grande, and Itanhaém**, among others, with excellent hotels.

ESTÂNCIAS CLIMÁTICAS / HEALTH RESORTS

Nas serras que cortam São Paulo, estão localizadas algumas das melhores estâncias climáticas e turísticas da região Sudeste. São locais onde o turista encontra todo o conforto para seu lazer junto a natureza, respirando ar puro e perfumado da montanha. **Campos do Jordão, Bragança Paulista, São Bento do Sapucaí, Campos Novos Paulista** ou **Anelândia**, entre outros, têm programas de lazer, como alpinismo, natação, equitação, jogos ou simples descanso.

On the mountains around S. Paulo are located some of the best resorts in the Southeastern region. There are places where the tourist will find plenty comfort for his leisure close to nature. In such places as **Campos do Jordão, Bragança Paulista, São Bento do Sapucaí, Campos Novos Paulista**, among others, the leisure options are many: mountain climbing, swimming, horseback riding, games, or simply resting.

ESTÂNCIAS TURÍSTICAS HIDROMINERAIS / MINERAL SPAS

O chamado "circuitinho das águas" paulista inclui estâncias tradicionais pela excelente qualidade que oferecem aquelas que procuram suas águas medicinais. Lugares como **Águas de Prata, Serra Negra, Águas de São Pedro, Alibonito, Lindóia, Socorro, Amperó, Pão de Açúcar, Monte Alegre do Sul** ou **Ilhéus**, entre outros, estão dotados de ótimos serviços hoteleiros e de entretenimento em geral.

The well known São Paulo "water circuit" includes spa famous for their excellent quality and for the leisure they offer to those who seek medicinal waters. Such places as **Águas de Prata, Serra Negra, Águas de São Pedro, Alibonito, Lindóia, Socorro, Amperó, Pão de Açúcar, Monte Alegre do Sul** or **Ilhéus**, among others, offer excellent hotel services and entertainment in general.

FOLCLORE / FOLKLORE

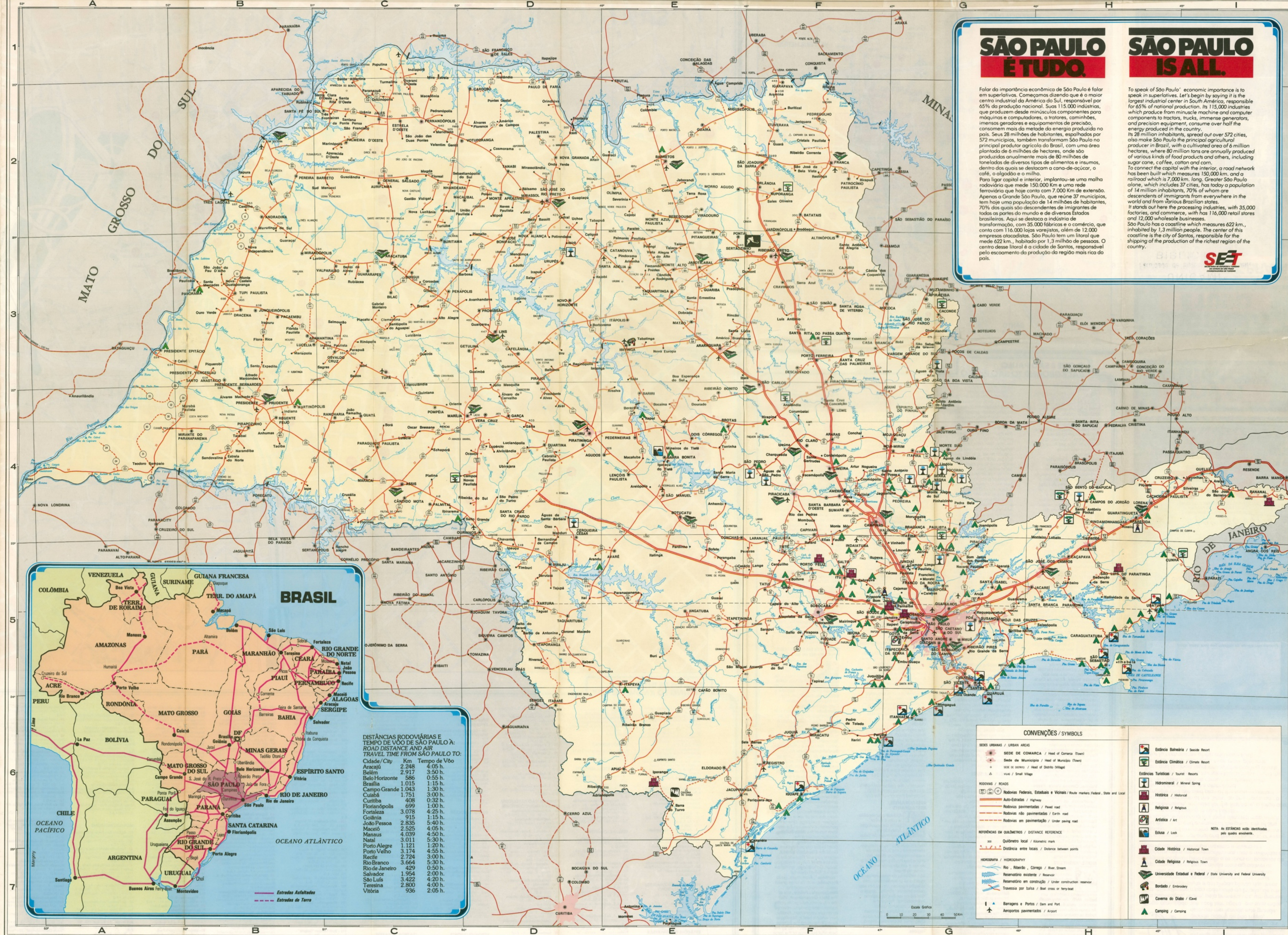
Os costumes tradicionais do povo paulista podem ser percebidos nas manifestações folclóricas que ocorrem por ocasião das festas religiosas mais antigas e conhecidas, realizadas em várias cidades: **Alibala** (congadas, cavalhadas), **Cunha** (Festa do Divino), **Embu** (carrão, chamarite, catira), **Iguape** (resado, marujado), **Ihabela** (congadas), **São Sebastião** (carrão, folia do Divino), **Olímpia** (no festival anual do folclore, catira e moçambiques) e **Carapicuíba** (Festa de Santa Cruz).

The traditional habits of the Paulista people can be noticed in the folk celebrations which happen during the old and well-known religious feast days, in many towns: **Alibala** (congadas, cavalhadas), **Cunha** (Festa do Divino), **Embu** (carrão, chamarite, catira), **Iguape** (resado, marujado), **Ihabela** (congadas), **São Sebastião** (carrão, folia do Divino), **Olímpia** (in its annual folk lore festival, catira e moçambiques) and **Carapicuíba** (Festa de Santa Cruz).

ARTESANATO / HANDICRAFTS

As artes e técnicas populares de São Paulo produzem artesanatos encontrados em várias cidades, tais como **Apiaí** (cerâmica antropomorfa), **Campos do Jordão** (cerâmica, couro), **Cananéia** (cavalo, conchas, taquara), **Carapicuíba** e **Ubatuba** (palha, vime), **Embu** (barro, metais), **Guaruá** (tabaco, taquara, vime), **Itaipava** (bordado), **Itaboraí** (móveis rústicos), **Iguape** (coco, junco, saia), **Ihabela** (palha, tabaco), **Itanhaém** (conchas), **Monte Alegre do Sul** (rêco, croché), **São Bento do Sapucaí** (esculturas de madeira), **Taubaté** (figuras de barro).

Arts and popular techniques of São Paulo produce handicrafts found in several cities, such as **Apiaí** (anthropomorphic pottery), **Campos do Jordão** (pottery, leather), **Cananéia** (boxes, shells, bamboo), **Carapicuíba** and **Ubatuba** (straw, wicker), **Embu** (barrel, clay, metals), **Guaruá** (tobacco, wicker), **Itaipava** (embroidery), **Itaboraí** (rustic furniture), **Iguape** (rice, cane, hemp), **Ihabela** (straw), **Itanhaém** (shells), **Monte Alegre do Sul** (knit, crochet), **São Bento do Sapucaí** (woodcarving), **Taubaté** (clay figures).



SÃO PAULO ESTUDO

SÃO PAULO IS ALL

Falar da importância econômica de São Paulo é falar em superlativos. Começamos dizendo que é o maior centro industrial da América do Sul, responsável por 65% da produção nacional. Suas 115.000 indústrias, que produzem desde minúsculos componentes para máquinas e computadores, a tratores, caminhões, enormes geradores e equipamentos de precisão, consomem mais do que metade da energia produzida no país. Seus 28 milhões de habitantes, espalhados por 572 municípios, também transformam São Paulo no principal produtor agrícola do Brasil, com uma área plantada de 6 milhões de hectares, onde são produzidos anualmente mais de 80 milhões e milhares de diversos tipos de alimentos e insumos, dentro dos quais se destacam a cana-de-açúcar, o café, o algodão e o milho.

Para ligar capital e interior, implantou-se uma malha rodoviária que mede 150.000 Km e uma rede ferroviária que hoje conta com 7.000 Km de extensão. Apenas a Grande São Paulo, que reúne 37 municípios, tem hoje uma população de 14 milhões de habitantes, 70% dos quais são descendentes de imigrantes de todas as partes do mundo e de diversos Estados brasileiros. Aqui se destaca a indústria de transformação, com 35.000 fábricas e o comércio, que conta com 116.000 lojas varejistas, além de 12.000 empresas atacadistas. São Paulo tem um litoral que mede 622 km, habitado por 1,3 milhão de pessoas. O centro desse litoral é a cidade de Santos, responsável pelo escoamento da produção da região mais rica do país.

To speak of São Paulo's economic importance is to speak in superlatives. Let's begin by saying it is the largest industrial center in South America, responsible for 65% of national production. Its 115,000 industries which produce from minuscule machine and computer components to tractors, trucks, immense generators, and precision equipment, consume over half the energy produced in the country. Its 28 million inhabitants, spread out over 572 cities, also make São Paulo the principal agricultural producer in Brazil, with a cultivated area of a million hectares, where 80 million tons are annually produced of various kinds of food products and others, including sugar cane, coffee, cotton and corn.

To connect the capital with the interior, a road network has been built which measures 150,000 km, and a railroad which is 7,000 km. long. Greater São Paulo alone, which includes 37 cities, has today a population of 14 million inhabitants, 70% of whom are descendants of immigrants from everywhere in the world and from various Brazilian states. It stands out here the processing industries, with 35,000 factories, and commerce, with 116,000 retail stores and 12,000 wholesale businesses. São Paulo has a coastline which measures 622 km., inhabited by 1,3 million people. The center of this coastline is the city of Santos, responsible for the shipping of the production of the richest region of the country.



DISTÂNCIAS RODOVIAIS E TEMPO DE VOO DE SÃO PAULO A: ROAD DISTANCE AND AIR TRAVEL TIME FROM SÃO PAULO TO:

Cidade / City	Km	Tempo de Voo / Flight Time
Aracaju	2.248	4:05 h.
Belém	2.917	3:50 h.
Belo Horizonte	586	0:55 h.
Brasília	1.015	1:15 h.
Campo Grande	1.043	1:30 h.
Cuiabá	1.751	3:00 h.
Curitiba	408	0:32 h.
Florianópolis	699	1:00 h.
Fortaleza	3.078	4:25 h.
Goiânia	915	1:15 h.
João Pessoa	2.835	5:40 h.
Maceió	2.525	4:05 h.
Manaus	4.039	4:50 h.
Natal	3.011	5:30 h.
Porto Alegre	1.121	1:20 h.
Porto Velho	3.174	4:55 h.
Recife	2.724	3:00 h.
Rio Branco	3.664	5:30 h.
Rio de Janeiro	429	0:50 h.
Salvador	1.954	2:00 h.
São Luís	3.422	4:20 h.
Teresina	2.800	4:00 h.
Vitória	936	2:05 h.

CONVENÇÕES / SYMBOLS

SEDE DE COMARCA / Head of Comarca (Town)	Estância Balneária / Seaside Resort
SEDE DE MUNICÍPIO / Head of Município (City)	Estância Climática / Climate Resort
VILA DE VIZINHO / Head of Distrito (Village)	Estâncias Turísticas / Tourist Resorts
VILA DE VIZINHO	Hidromineral / Mineral Spring
RODADAS / ROADS	Histórica / Historical
Rodovias Federais, Estaduais e Viárias / Road markers Federal, State and Local	Religiosa / Religious
Auto-Estradas / Highway	Artística / Art
Rodovias pavimentadas / Paved road	Educa / Luck
Rodovias não pavimentadas / Earth road	
Rodovias em pavimentação / Under paving road	
REFERÊNCIAS EM QUILÔMETROS / DISTANCE REFERENCE	
00 Quilômetro local / Economic mark	
Distância entre locais / Distance between points	
HIDROMINERAL / HYDROMINERAL	
Rio, Ribeirão, Córrego / River, Stream	
Rodovias não pavimentadas / Earth road	
Reservatório em construção / Under construction reservoir	
Travessia por barca / Boat cross or ferry	
Barraagem e Ponte / Dam and Post	
Aeroporto pavimentado / Airport	
	Estação Balneária / Seaside Resort
	Estância Climática / Climate Resort
	Estâncias Turísticas / Tourist Resorts
	Hidromineral / Mineral Spring
	Histórica / Historical
	Religiosa / Religious
	Artística / Art
	Educa / Luck
	Cidade Histórica / Historical Town
	Universidade Religiosa / Religion Town
	Universidade Estadual e Federal / State University and Federal University
	Bordado / Embroidery
	Cerâmica do Diabo / Devil
	Camping / Camping

NOTA: As Estâncias estão identificadas pelo quadro seguinte.

ESCALA GRÁFICA

