



majestic
IRAN
A Different Experience

Natureza Majestosa

Do Deserto
à Selva

www.visitiran.ir



majestic
IRAN

www.visitiran.ir



Se você estiver ansioso para embarcar em uma expedição e buscar experiências não convencionais, as atividades baseadas na natureza no clima diversificado do Irã são a escolha perfeita. Você pode escalar montanhas na magnífica Damavand, explorar o fascinante mundo subaquático nas águas quentes do Sul, mergulhar na beleza dos desertos áridos e experimentar um novo estilo de atividades de aventura.

A beleza natural do Irã nas quatro estações atende a todos os gostos. Divirta-se com as atividades naturais mais notáveis do Irã.





1

Caminhadas e Montanhismo



Os belos picos espalhados e extensos em todo o Irã oferecem uma ampla gama de atrações montanhosas a serem exploradas. Poucos lugares no mundo permitem que você suba picos nevados, vulcões, montanhas rochosas, dunas de areia e planícies de sal em todas as quatro estações.

A alegria de fazer caminhadas no Irã está em estar acompanhado de alpinistas iranianos amigáveis que entrarão em contato com você em breve.

Alguns dos principais picos de montanhas para escalada são: Damavand, Sabalan, Alam-Kuh, Alvand, Taftan, Siyalan, Shahvar, Binalood, Oshtorankuh, Dena mountain range, Karkas, Azadkooh.

2 Canionismo



Graças à diversidade climática, geográfica e topográfica do Irã, assim como os picos altos se formaram, há cânions profundos e únicos esperando para serem explorados.

Se você tiver as habilidades físicas necessárias e for fã de atividades de aventura, o canionismo nos cânions iranianos, tanto em rotas secas quanto molhadas, será muito agradável. A emoção de enfrentar rotas desafiadoras, nadar em lagos, fazer rapel ao longo de rios caudalosos, pular em piscinas naturais e acampar em cachoeiras imaculadas sob o céu noturno criará lembranças inesquecíveis. Alguns cânions iranianos também apresentam rios caudalosos, permitindo a prática de esportes aquáticos como o rafting.

Alguns dos principais destinos de canyoning: Shiravan Daresi (Ardabil), Kolkhersan (Khuzestan), Shemkhal (Khorasan Razavi), Raghez (Fars), Boochir (Hormozgan).



3

Escalada em Rocha



Esse esporte tem experimentado popularidade e crescimento significativos nos últimos anos, com o Irã ostentando impressionantes paredes de rocha que muitos alpinistas aspiram conquistar. Por exemplo, a histórica parede de Bisotun é uma das paredes rochosas mais famosas do mundo e já foi palco de vários eventos internacionais de escalada. Algumas das principais rotas de escalada em rocha: Parede Alam-Kuh, parede Yafteh Khormabad (Lor-estan), parede Akhlmad (Khorasan Razavi).



4

Exploração de Cavernas



O Irã possui inúmeras cavernas conhecidas, cada uma com suas características e maravilhas exclusivas, cativando os viajantes o ano todo. No Irã, a exploração de cavernas atende a todos, de iniciantes a profissionais. Se você estiver interessado em cavernas de calcário, algumas até oferecem a experiência única de andar de barco dentro delas; há pouquíssimas cavernas no mundo onde é possível andar de barco.

Além disso, cavernas históricas e artificiais podem ser encontradas em determinadas regiões do Irã, testemunhando várias civilizações humanas ao longo da história. Para exploradores profissionais de cavernas que desejam estabelecer novos records, é altamente recomendável explorar a Caverna Parau em Kermanshah, conhecida como uma das rotas de cavernas mais desafiadoras do mundo. Algumas cavernas importantes são: Ali Sadr (Hamadan), Kotleh Khor (Zanjan), Karfteh (Curdistão), Abbas-Abad Cave (Mazandaran), Roodafshan (Teerã), Parau (Kermanshah).



Esqui e atividades 5 de inverno

Se você gosta de esportes de inverno, várias estações de esqui em todo o Irã, incluindo Teerã, Ardebil, Curdistão, Azerbaijão Oriental, Azerbaijão Ocidental, Chaharmahal e Bakhtiari, Kohgiluyeh e Boyer-Ahmad, Fars e até mesmo perto da cidade desértica de Yazd, convidam você a experimentar a emoção do inverno no Irã. Mesmo que esqui não seja seu forte, você pode apreciar as pitorescas paisagens nevadas. Nas Montanhas Zagros, com suas altas altitudes e nevascas abundantes, esqui se torna ainda mais emocionante com a orientação de instrutores profissionais. Alguns dos principais resorts de esqui são: Dizin, Tochal e Shemshak (Teerã), Pooladkaf (Shiraz), Alvarres (Ardabil), Koohrang (Chaharmahal e Bakhtiari), Sakhevid (Yazd) e Khoshaku (Urmia).



6 Exploração do Deserto



Aventurar-se nas regiões desérticas do centro e do sudeste do Irã revela um mundo de atrações únicas e inimagináveis. Acampar no deserto, contemplar o céu sem limites e observar as estrelas longe da poluição luminosa da cidade oferecem uma experiência realmente difícil de imaginar. As aventuras de safári, os passeios de camelo e a adrenalina dos veículos com tração nas quatro rodas no terreno arenoso também deixarão lembranças inesquecíveis.

No deserto, você encontrará espécies raras de animais e plantas e ficará maravilhado com as surpreendentes paisagens do deserto. Ocasionalmente, o deserto se encontra com o mar, deixando você admirado com a coexistência de uma vasta área seca com tanta água!

Alguns dos principais destinos no deserto são: Deserto de Maranjab (Isfahan), Deserto de Mesr (Isfahan), Shahdad Kalouts (Kerman), Deserto de Gandom Beryan (Kerman), Deserto de Karakal (Yazd), Deserto de Haj Ali Gholi (Semnan) e Deserto de Darek (Sistan e Baluchestan).





7 Off- Roding

Para aqueles que desejam fazer off-road em meio a florestas, extensões de deserto e montanhas, o Irã oferece chances de explorar regiões remotas e acessíveis com a ajuda de guias locais e veículos off-road. Embora a travessia do deserto proporcione uma das mais emocionantes experiências de safári no Irã, o off-road em montanhas e florestas apresenta uma aventura diferente, mas igualmente encantadora. A cada mudança no trajeto de seu veículo, o magnífico cenário natural se revela diante de você. Testemunhar espécies raras de vida selvagem, encontrar uma flora única e hospedar-se em casas de vilarejos rústicos com anfitriões hospitaleiros deixará uma marca indelével em sua aventura off-road no Irã.

Alguns dos principais destinos de off-road são: Kavir National Park (Semnan e Isfahan), Rig-e Yilan (Kerman), Upert (Semnan), Neor Lake to Subatan Highlands (Ardabil-Gilan), Palangan to Uraman Takht (Curdistão).



8

Caminhada na Floresta



Nas caminhadas na floresta, os automóveis são claramente ineficientes. Munido de sua mochila, você mergulhará no abraço exuberante da floresta, embalado pelas melodias dos pássaros e pelo suave farfalhar das folhas na brisa. As melhores estações para caminhadas na floresta são a primavera e o verão, quando o ar é rico em oxigênio.

Durante as caminhadas na floresta, você encontrará paisagens de tirar o fôlego, incluindo rios, cachoeiras, castelos antigos, vida selvagem diversificada e espécies de plantas requintadas, especialmente nas florestas Hyrcanian. Ao embarcar em aventuras de caminhadas na floresta no Irã, é essencial ter um guia profissional da natureza ao seu lado.

Algumas das principais rotas de caminhada na floresta são: Arasbaran (Azerbaijão Oriental), Hazarjirib (Mazandaran), Floresta Golestan (Golestan), Sefaroud (Ramsar), Farim (Mazandaran) e as florestas de carvalho de Zagros.

Passeios a 9 Cavalo



O Irã oferece diversas rotas de cavalgadas que lhe permitem desfrutar de vistas deslumbrantes de sopés, áreas florestais, terras altas e litorais pitorescos nas regiões norte e sul.

Andar a cavalo nas florestas hircanianas, nas pastagens verdes e nos campos de papoulas, ou montar cavalos turcomanos nas planícies do norte, proporciona uma sensação indescritível de alegria. Montar esses cavalos de raça pura e resistentes, profundamente entrelaçados com a cultura local, oferece uma experiência equestre única.

Algumas das principais rotas de cavalgada são: Dasht-e Shad para Tang-e Rah e Loeh Waterfalls (Semnan e Golestan), Dasht-e Turkmen (Golestan), Talish Highlands (Gilan), Howramanat (Curdistão), Haft Barom e Kahkaran (Fars) e Damneh-ye Damavand (Mazandaran).



10 Rafting e Caiaque



As diversas paisagens, o clima e a beleza natural do Irã possibilitam a prática de rafting e caiaque em rios tumultuados. Para os aventureiros profissionais, há rios com altos níveis de dificuldade. Durante a prática de caiaque e canoagem nos rios de correnteza rápida, você apreciará a bela paisagem ao longo do caminho, passando por campos e vilarejos. As rotas de rafting são geralmente emocionantes e longas, provocando uma descarga de adrenalina. Algumas das principais rotas de rafting são: Sivand a Pol Zaman Khan (Chaharmahal e Bakhtiari), rio Sirvan (Curdistão), rio Haraz (Mazandaran), rio Karaj (Alborz).

11 Exploração e Acampamento



Planeje suas rotas de caminhada para explorar as exuberantes e intocadas terras altas do Irã. As paisagens verdes, o clima fresco e agradável, as cabanas de madeira e as nascentes límpidas fazem dessas terras altas o refúgio perfeito da vida agitada e da poluição da cidade. É possível executar esses planos de caminhada em diferentes estações e, na maioria dessas áreas, você pode acampar ou se hospedar em casas locais e aproveitar a experiência cultural de viver ao lado de pessoas que moram nas proximidades dessas maravilhas naturais.

Andar a cavalo também é uma atividade que você pode desfrutar durante a primavera em áreas protegidas, prados, regiões montanhosas, planaltos e vilarejos.

As rotas de caminhada recomendadas são: Talaghan a Siah Sang (Alborz e Mazandaran), Alamut a Asal Mahaleh (Qazvin e Mazandaran), Filband a Alemastan (Mazandaran), Asalem a Khalkhal (Gilan e Ardabil), Soha Lake a Laton Waterfall (Ardabil e Gilan)

As rotas recomendadas para passeios a cavalo são: Garmabdar a Baladeh (Teerã e Mazandaran), Tarem a Masuleh (Zanjan e Gilan), Zarin Dasht a Simin Dasht (Teerã), Ahar a Shahrastank (Alborz), Lagos Tar e Havir (Teerã), Abbasabad a Qaleh Bala (Semnan)



12 Lagos e Cachoeiras



Visitar cachoeiras e lagos significa embarcar em uma viagem ao coração de um ecossistema único e desfrutar de uma vida vibrante centrada na água e em diversas espécies de animais e plantas.

Viajar para as cachoeiras e lagos do Irã é uma escolha ideal porque a maioria deles está localizada em áreas remotas e intocadas, longe de perturbações humanas, proporcionando a oportunidade perfeita para mergulhar na serenidade da natureza.

Alguns dos principais lagos são: Gahar (Lorestan), Ovan (Qazvin), Kooch Gol (Kohgiluyeh e Boyer-Ahmad), Dalamper (Azerbaijão Ocidental), Siah Gav (Ilam), Urmia (Urmia), Zarrivar (Curdistão), Shurmast (Mazandaran), Maharlou (Fars)

Algumas das principais cachoeiras são: Shevy (Khuzestan), Zardlimeh (Chaharmahal e Bakhtiari), Kamardugh (Kohgiluyeh e Boyer-Ahmad), Reijab (Kermanshah), Bisheh (Lorestan), Laton (Gilan), Margoon (Fars), Shalmash (Azerbaijão Ocidental), Vorovar (Kerman)





13 Atividades Aquáticas e Subaquáticas



A experiência de aventura ao longo das costas e ilhas do Irã, que ostentam uma paleta colorida de vida marinha, será inesquecível. O mergulho permite que você veja peixes coloridos, espécies únicas de corais, tartarugas marinhas e outras formas de vida marinha. Além disso, outras atividades aquáticas, como mergulho com snorkel, jet ski, paddleboarding, scooters subaquáticos, parasailing, flyboarding e squash aquático são possíveis ao longo da costa do Irã.

Alguns dos principais destinos para atividades aquáticas e subaquáticas são: Ilhas do Golfo Pérsico, Qeshm, Larak, Kish e Chabahar





14 

Vida Selvagem

O que diferencia a vida selvagem do Irã de outras partes do mundo é a diversidade de sua flora e fauna, que se estende de norte a sul e de leste a oeste.

Das exuberantes florestas hircanianas às planícies secas do deserto, coexistem vários mamíferos pequenos e grandes, felinos, répteis e pássaros. O Irã oferece uma ampla variedade de vida selvagem que pode atrair tanto biólogos profissionais quanto entusiastas de animais, ligados às suas tradições e crenças exclusivas.

Algumas espécies da vida selvagem são: Chita iraniana, gazela persa, cavalo do Cáspio, gamo persa, caracal, leopardo persa, urso marrom.



15

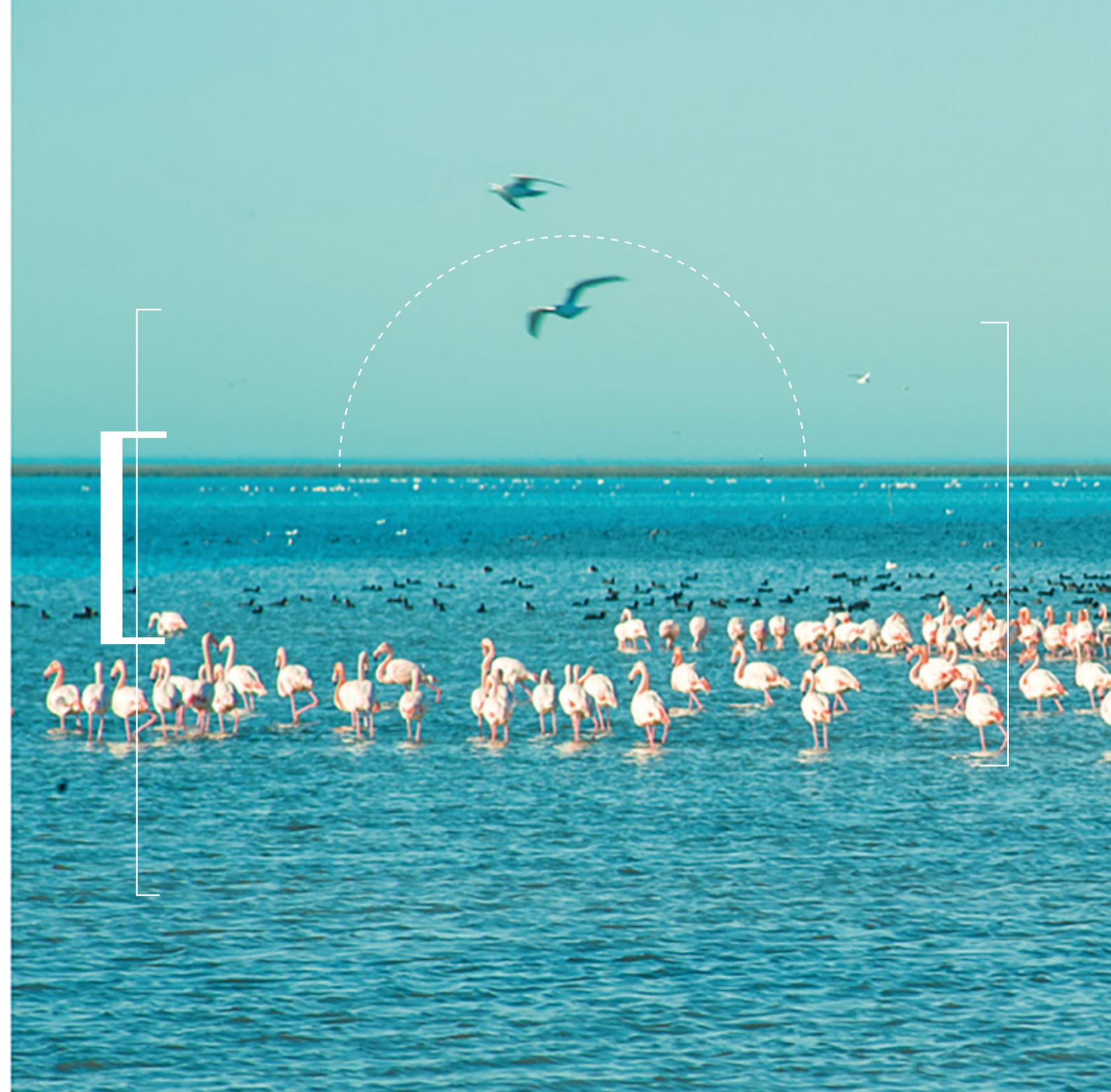
Observação de Pássaros



Se você é um observador de pássaros profissional e está procurando a época certa para viajar para observar pássaros e registrar novos recordes, a temporada de migração de muitas espécies de pássaros no Irã ocorre de meados do outono até o final do inverno. Algumas espécies de pássaros da África e da Sibéria passam pelos pântanos e lagos do Irã durante esse período. Portanto, durante esses períodos, é possível observar um grande número de espécies de pássaros que migram da Sibéria e da Ásia Central para diferentes regiões geográficas.

As áreas úmidas do Irã são um local adequado para essas aves descansarem e se alimentarem. Flamingos e várias espécies de patos e gansos podem ser observados nos pântanos seguros do Irã durante o inverno.

Alguns dos principais destinos de observação de pássaros são: Ilha Qeshm, Pântano Miqan (Central), Parque Nacional Boujagh (Gilan), Pântano Internacional Gori-Gol (Azerbaijão Oriental), Pântano Kani Borazan (Azerbaijão Ocidental), Pântano Shadegan (Khuzestan), Ilha Hormuz (Hormozgan), Parque Nacional de Khoojir (Teerã), Miyankaleh (Mazandaran), Pântano de Gomishan (Golestan), Pântano de Choghakhor (Chaharmahal e Bakhtiari), Área Protegida de Parvar (Semnan), Sítio de Aves de Falcoaria de Alborz (Qom).





16 Estilo de vida Nômade



A presença de diversos climas fez com que vários grupos étnicos coexistissem no Irã ao longo da história. Buscando uma vida melhor ao longo do tempo, alguns de nossos ancestrais optaram por se estabelecer, enquanto outros se tornaram nômades e continuaram suas tradições de migração, suportando as dificuldades do caminho.

Viver ao lado de nômades iranianos apresenta a você um estilo de vida em movimento. É um estilo de vida completamente natural, desde a comida e a bebida até as roupas, todas diversificadas e produz-



idas pelos próprios nômades. Esse estilo de vida está intimamente ligado a seus costumes, crenças e artesanatos especiais.

Durante seu tempo com os nômades, você desfrutará de alimentos e bebidas naturais e caseiros, se familiarizará com seus costumes, rituais e crenças e usará suas artes e artesanatos. Testemunhar a vida simples e despreocupada dos nômades, que viajam com seu gado durante a migração e vivem em tendas tradicionais, aumenta seu apreço pela estética e pela beleza natural.

Alguns dos principais grupos nômades do Irã são: Bakhtiari, Qashqai, Shahsevan