

Definições de Caminhadas – Conceito de Trekking e Hiking

TREKKING: A história do Trekking é antiga e teve origem no início do Século XIX. A palavra “Trek” tem sua origem na língua africâner e passou a ser empregada pelos VORTREKKERS, os primeiros trabalhadores holandeses que colonizaram a África do Sul. O verbo TREKKEN significa migrar e carregava uma conotação de sofrimento e resistência física, numa época em que o único meio de locomoção era a caminhada. Quando os britânicos invadiram a região, a palavra foi absorvida pela língua Inglesa e passou a designar as longas caminhadas realizadas pelos exploradores em direção ao interior do continente. Atualmente utiliza-se a palavra também em português, significando caminhadas em trilhas naturais em busca de lugares interessantes para conhecer. O *Trekking*, mais conhecido por caminhada de longa distância, ou marcha de montanha, vai ao encontro das pessoas que procuram espalhar e distrair a mente e se aventurar em meio à natureza. É um desporto para ser praticado ao ar livre, que tem vindo a crescer exponencialmente em todo o mundo, abrangendo diversas faixas etárias. Esta atividade baseia-se na elaboração de um projeto, comumente conhecido por roteiro, onde os percursos podem ser curtos ou longos, importando apenas o prazer de caminhar. A sua prática consiste em conhecer uma determinada região, os seus ambientes físicos naturais e paisagísticos, mas também, os biológicos e humanos.

As pessoas que praticam o *Trekking* têm a oportunidade de desfrutar do contato com a natureza, acercando-se de belas paisagens em locais pouco conhecidos. De uma forma geral, consiste no partir para o desconhecido, no partir à descoberta de novos locais, no explorar de uma região, no conhecer da sua história, cultura e tradições. Estas características são atrativas e chamam as pessoas de volta para a natureza. Este desporto ainda não é regulamentado, e torna-se difícil categorizá-lo em modalidades, pois, não existe ainda legislação que o defina. No entanto, de uma forma geral, podemos englobar o *Trekking* em três modalidades: o individual; o *Trekking* em grupo e o *Trekking* de competição.

HIKING: é a caminhada de curta duração, usualmente não ultrapassa um dia (SÃO PAULO, s.d. 2000). Segundo Pellegrini Filho (2000), o *hiking* é uma caminhada curta, normalmente de um só dia, sem pernoite na trilha. Esse termo também pode ser utilizado para se referir à caminhada esportiva. No Brasil, este termo é praticamente desconhecido.

Fonte: <http://blogdascaminhadas.blogspot.com.br/2009/05/diferenca-entre-trekking-e-hiking.html>

“A DURAÇÃO DA CAMINHADA É O QUE DIFERE ESSES DOIS TERMOS”.

Os *Trekkings* são caminhadas superiores a um (1) dia, incluindo paradas para camping/pernoite. Por exemplo, a caminhada até o acampamento base do Monte Everest de 16 dias ou a caminhada até o topo do Monte Roraima de 6 dias são considerados *Trekkings*. Já os *Hikings* são caminhadas de curta duração, de um dia ou que dure algumas horas e pode ser feito por pessoas sem um preparo físico avançado. Por exemplo, algumas trilhas do Rio de Janeiro como a do Pão de Açúcar ou a da Pedra da Gávea são consideradas *Hikings*. Esse termo, *hiking* ainda é bem desconhecido aqui no Brasil e as pessoas continuam a usar o termo errado – *trekking* – para essa prática. Fonte: <http://tolongedecasa.com/2013/12/29/nem-toda-trilha-e-um-trekking-sabia/>

Exemplos de *Trekking*: Monte Roraima, Travessia do Vale do Pati na Chapada Diamantina, Circuitos “O” e “W” do Parque Nacional de Torres Del Paine no Chile, Salkantay ou Trilha Inca rumo a Macchu Picchu no Peru.

Exemplos de *Hiking*: Caminhadas e Trilhas com apenas um dia de Duração.

CONCLUSÃO: *TREKKING* E *HIKING* SÃO ESPORTES CARACTERIZADOS BASICAMENTE PELA CAMINHADA. SIGNIFICA TRILHAR, ANDAR. A PRINCIPAL DIFERENÇA ESTA NA DURAÇÃO, ONDE O *HIKING* TRATA-SE DE UMA CAMINHADA DE UM DIA ENQUANTO QUE O *TREKKING* SE CARACTERIZA POR UMA CAMINHADA DE VÁRIOS DIAS.