



# PROGRAMA EMPRESAS



Reserva obrigatória - 911735237\*

\*Chamada para rede móvel nacional

Alvará 58/2012

# ESTRUTURA E PLANEAMENTO DOS PROGRAMAS

## 1ª FASE

Receção do grupo  
Apresentação da atividade / Briefing  
Divisão das equipas

## 2ª FASE

Início das Atividades

## 3ª FASE

Fim das atividades e recolha de resultados

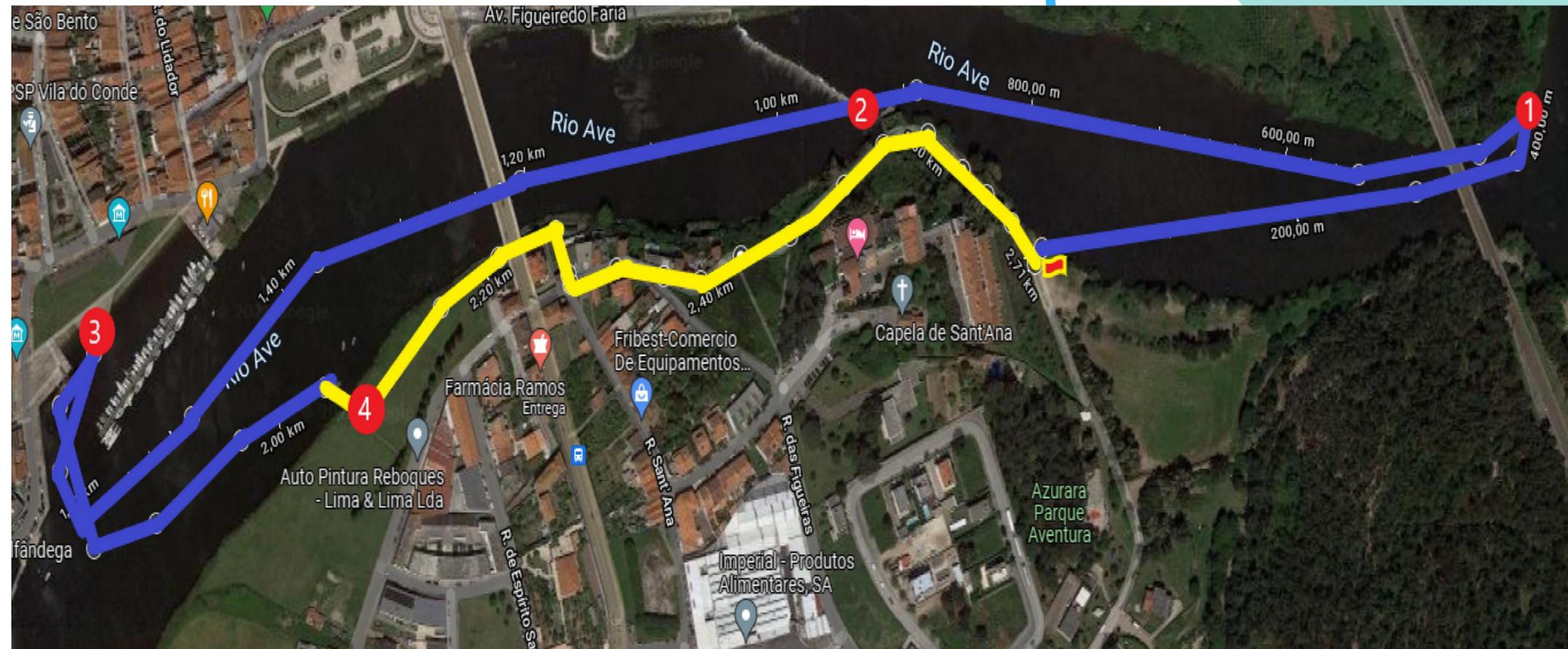
## 4ª FASE

Despedida

# PROGRAMA 1 - PROVA DO RIO

## Objetivo da Prova

Cada equipa terá que fazer um percurso (parte em canoa, parte em corrida), guiada por um mapa, em que terá paragens em alguns pontos para a realização de atividades.



- 1 - Praia do metro
- 2 - Açude de Vila do Conde
- 3 - Nau Quinhentista
- 4 - Cais do jardim

 - Ponto de partida / chegada

 - Percurso a percorrer em canoa

 - Percurso a percorrer em corrida

# PROGRAMA 1 - PROVA DO RIO

## Continuação

### Atividades incluídas:

- Canoagem (deslocação entre os pontos do percursos);
- Tiro à lata (com pontuação) - ponto 1 no mapa
- Prova de destreza e trabalho em equipa - ponto 2 no mapa;
- Fotografia da equipa - ponto 3 no mapa;
- Tiro com arco (com pontuação) - ponto 4 no mapa.

**Número de equipas:** Depende do número de participantes

**Tempo de briefing:** 30 min

**Tempo estimado de prova por equipa:** 1h30

**Hora de partida:** A combinar (primeira equipa - as restantes saem com 4 minutos de intervalo entre cada equipa)

### Preço da Atividade

- **65€ /participante**  
(15 a 19 participantes)
- **61€/participante**  
(20 a 29 participantes)
- **57,80€/participante**  
(30 a 70 participantes)
- **49,20€/participante**  
(+70 participantes)

# PROGRAMA 1 – PROVA DO RIO

## Continuação

### Distância a percorrer em canoa:

- Entre o ponto de partida e o ponto 1- 400 metros
- Entre o ponto 1 e 2 - 545 metros
- Entre o ponto 2 e 3 - 727 metros
- Entre o ponto 3 e 4 – 275 metros

### Distância a percorrer em corrida:

- Entre o ponto 4 e o ponto de chegada – 630 metros

Em todos os pontos haverá meios de comunicação

### Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva
- Roupa e calçado para trocar no final da prova

**Nota:** Durante o decorrer da prova poderão ser colocadas duas embarcações de apoio, uma a montante e outra a jusante do açude (ponto 2). – Valor 310€

# PROGRAMA 2 - PROVA DO RIO

## Objetivo da prova:

Cada equipa terá que entrar numa canoa, remar até à zona do rio onde terão garrafas assinaladas com o número de cada equipa.

Estas garrafas contêm indicações para onde cada equipa terá que ir.

Voltam à margem e dirigem-se para a atividade correspondente

## Atividades incluídas:

- Prova de canoa (vai definir por qual atividade cada equipa irá começar)
- Tiro à lata (com pontuação)
- Tiro com arco (com pontuação)
- Passagem nas teias (com pontuação)
- Slide 300m

## Número de equipas/elementos por equipa:

Depende do número total de participantes

# PROGRAMA 2 - PROVA DO RIO

Continuação

Em todos os pontos haverá meios de comunicação

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva
- Roupa e calçado para trocar no final da prova

**Nota:** Será distribuída água a todos os participantes no início da prova

## Preço da Atividade

- **55€/participante**  
(15 a 19 participantes)
- **50€/participante**  
(20 a 29 participantes)
- **46€/participante**  
(30 a 50 participantes)
- **43€/participante**  
(+50 participantes)

# PROGRAMA 3

## Atividades incluídas:

- Passagem das teias
- Slide 300m
- Tiro com arco
- Tiro à lata
- Passagem do muro
- Circuito de skis

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

- **41€/participante**  
(20 a 29 participantes)
- **38€/participante**  
(mínimo 30 participantes)

# PROGRAMA 4

## Atividades incluídas:

- Circuito de slides
- Arvorismo 8 pontes
- Tiro com arco e à lata

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

- **23€/participante**

# PROGRAMA 5

## Atividades incluídas:

- Circuito de slides
- Arvorismo 8 pontes
- Prova de Orientação

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

- **23€/participante**

# PROGRAMA 6

## Atividades incluídas:

- Construção da jangada
- Circuito de slides
- Tiro com arco

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

- Construção da jangada - 420€
- Circuito de slides + Tiro com arco - 12€/participante

(Mínimo 20 participantes)

# PROGRAMA 7

## Atividades incluídas:

- Circuito de slides
- Jogo de dinâmica de grupo  
(jogo do garrafão)
- Touro mecânico
- Passagem das teias

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

**25€/participante**

(mínimo de 20 participantes)

# PROGRAMA 8

## Objetivo da prova:

Os participantes tem que realizar um jogo de paintball onde têm que conquistar um baú com algumas peças e um mapa. Terão que seguir o mapa, reunir as peças e construir uma jangada, para achar o tesouro.

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Atividades incluídas:

- Paintball
- Caça ao tesouro

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Preço da Atividade

**420€ jangada**

**25€/participante**

(mínimo de 20 participantes)

# PROGRAMA 9

## Objetivo da prova:

Os participantes têm que fazer um percurso, guiados por uma folha com indicações escritas, com o objetivo de recolher pistas codificadas. Ao longo do percurso terão que realizar umas atividades cuja pontuação irá reduzir o tempo da prova.

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva



## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Atividades incluídas:

- Prova de Orientação
- Tiro com arco
- Tiro à lata
- Slide 300m

## Preço da Atividade

**25€/participante**

(mínimo 25 pessoas)

**26€/participante**

(mínimo 20 pessoas)

# PROGRAMA 10

## Objetivo da prova:

Os participantes têm que fazer um percurso, guiados por uma folha com indicações escritas, com o objetivo de recolher pistas codificadas. Ao longo do percurso terão que realizar umas atividades cuja pontuação irá reduzir o tempo da prova.

## Todos os participantes devem trazer:

- Sapatilhas (para usar durante o decorrer da prova)
- Roupa desportiva

## Número de equipas:

Depende do número de participantes

## Atividades incluídas:

- Prova de Orientação
- Tiro com arco
- Tiro à lata
- Slide 300m
- Slackline
- Touro

## Preço da Atividade

**37,50€/participante**

(mínimo 25 pessoas)

**38,50€/participante**

(mínimo 20 pessoas)

# INFORMAÇÕES

Todos os programas podem ser adaptados ao seu grupo.

- Preço com IVA incluído
- Incluído monitorização das atividades, seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil
- Todos os participantes devem trazer muda de roupa e calçado confortável
- Obrigatório reserva



Para mais  
informações/reservas:

**911735237**

chamada para rede móvel nacional