SESIMBRA NATURA PARK

SESIMBRA
NATURA
PARK

PROGRAMAS ESCOLARES

2 dias no SNP 2019

em sistema de
ACAMPAMENTO

com ou sem
REFEIÇÕES

RNATT nº311/2015

WWW.INFO@SESIMBRANATURAPARK.PT

LISTA DE MATERIAL PARA VIAGEM DE FINALISTAS: 2 DIAS

- Mochila grande/mala
- Mochila pequena
- Cantil/Garrafa de Água
- Boné/Chapéu
- Lanterna (preferencialmente de cabeça) + pilhas
- Colchonete
- Saco-Cama
- Impermeável
- Toalha de Banho
- Toalha de Praia/Piscina
- Fato de Banho
- Protetor solar
- Calçado fechado (confortável)
- Chinelos de praia
- Escova/ pente cabelo
- Escova de dentes
- Pasta de dentes
- Sabão / gel de banho
- Champô (frasco pequeno)
- Roupa para dormir
- **Roupa prática e desportiva, se possível separada por dias e identificada.** (Roupa interior, t-shirt, etc.)
- Roupa dia 1
- Roupa dia 2
- Agasalho (para noite)
- Saco para roupa suja

Outros:

- Elástico para o Cabelo
- Caderno, lápis
- Máquina fotográfica
- Medicação (se necessária fazer acompanhar de receita médica ou autorização de encarregad@ de educação)

ATENÇÃO:
O Sesimbra Natura Park não se responsabiliza por objetos e valores dos participantes.
Condutas consideradas violentas e objetos perigosos são proibidos.

NOME	**PROGRAMA ACAMPAMENTO AVENTURA** 2 DIAS (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	*Opção A* = **71,50€** /*pax* (c/IVA c/Refeições) *Opção B* = **47,50€** /*pax* (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 2 atividades radicais e jogos de contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.

HORÁRIO DAS ATIVIDADES

1ºDIA

10h00	Receção e *briefing* no Campo Base
	Lanche
	Montagem de Campo
11h30-12h45	Atividade de Acolhimento
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	Atividade Radical: Arborismo + *Slide* + Escalada
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre (*ex.* campo de jogos)
19h30	Jantar
20h45-22h30	Animação Noturna: Jogo Noturno OU *Disco Night*
22h45	Ceia
23h00	Recolher

2ºDIA

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	Atividade Radical: Canoagem OU *Paintball* (>12anos) / *Splatmaster* (>8anos)
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	Atividade Aventura na Natureza *(opção: ver lista)*
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

LISTA DE ATIVIDADES AVENTURA NA NATUREZA

ESCOLHA 1 DAS SEGUINTES OPÇÕES:

- *Atelier* Mãos na Massa
- *Atelier* Mãos na Terra
- Caça Fotos (Observação de Fauna e Flora)
- Jogos de Água
- Jogo de Natura (Pistas, *Peddy-paper*, Caça ao Tesouro, Corrida de Desorientação)
- Jogos Tempo Limite
- Jogos Tradicionais ou Talvez Não
- Mix-Tiro Ao Alvo (Tiro com Arco, Fisga, Zarabatana, Marcador de *Paintball*)
- Passeio de Trator + Apresentação Canina
- Torneios Desportivos/Olimpíadas

EXTRAS

Apresentação Canina: +1,55€/*pax.*

Passeio de Trator: +1,63€/*pax.*

Obs: O horário das atividades poderá sofrer alterações devido a condições climatéricas ou outras alheias ao SNP

PROGRAMA ACAMPAMENTO AVENTURA

INCLUI

- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
- Monitores para as atividades estruturadas;
- Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
- Tendas para pernoita;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Zonas de Ensombramento;
- Água potável;
- 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;

(A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem "diretamente" a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)

- IVA à taxa legal em vigor.

NÃO INCLUI

- Refeições - OPÇÃO B;
- Transportes;
- Colchonetes e sacos-cama.

REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)

(consultar pág.18)

PEQUENO-ALMOÇO	1,70€
LANCHES	1,70€
ALMOÇO / JANTAR	9,40€
CEIA	0,70€

Obs.:

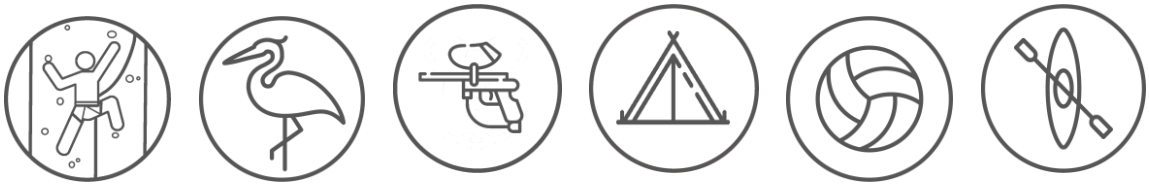
1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confecionar as suas próprias refeições

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

NOME	**PROGRAMA ACAMPAMENTO RADICAL** 2 DIAS (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	*Opção A* = **77,50€** /*pax* (c/IVA c/Refeições) *Opção B* = **53,50€** /*pax* (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 3 atividades radicais e jogos de contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.



HORÁRIO DAS ATIVIDADES

1ºDIA

10h00	Receção e *briefing* no Campo Base
	Lanche
	Montagem de Campo
11h30-12h45	Atividade de Acolhimento
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	Atividade Radical: **Arborismo + *Slide* + Escalada**
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre (*ex.* campo de jogos)
19h30	Jantar
20h45-22h30	Animação Noturna: **Jogo Noturno OU *Disco Night***
22h45	Ceia
23h00	Recolher

2ºDIA

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	Atividade Radical: **Canoagem**
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	Atividade Radical: ***Paintball* (>12anos) / *Splatmaster* (>8anos)**
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

EXTRAS

Apresentação Canina: +1,55€/*pax.*

Passeio de Trator: +1,63€/*pax.*

Obs: O horário das atividades poderá sofrer alterações devido a condições climatéricas ou outras alheias ao SNP.

PROGRAMA ACAMPAMENTO RADICAL

INCLUI

- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
- Monitores para as atividades estruturadas;
- Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
- Tendas para pernoita;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Zonas de Ensombramento;
- Água potável;
- 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;

(A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem "diretamente" a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)

- IVA à taxa legal em vigor.

NÃO INCLUI

- Refeições - OPÇÃO B;
- Transportes;
- Colchonetes e sacos-cama.

REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)

(consultar pág.18)

PEQUENO-ALMOÇO	1,70€
LANCHES	1,70€
ALMOÇO / JANTAR	9,40€
CEIA	0,70€

Obs.:

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confecionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

NOME	**PROGRAMA "O MEU" ACAMPAMENTO** 2 DIAS (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	*Opção A* = **65,50€** /*pax* (c/IVA c/Refeições) *Opção B* = **41,50€** /*pax* (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 1 atividade radical e restantes atividades à escolha do grupo.

SESIMBRA NATURA PARK

HORÁRIO DAS ATIVIDADES

1ºDIA

10h00	Receção e *briefing* no Campo Base
	Lanche
	Montagem de Campo
11h30-12h45	Atividade de Acolhimento
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	Atividade Aventura na Natureza *(opção: ver lista)*
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre (*ex.* campo de jogos)
19h30	Jantar
20h.45-22h30	Animação Noturna: Jogo Noturno OU *Disco Night*
22h45	Ceia
23h00	Recolher

2ºDIA

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h30-13h00	Atividade Radical *(opção: ver lista)*
11h00	Lanche
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h30-16h30	Atividade Aventura na Natureza *(opção: ver lista)*
16h30	Lanche
17h00	Despedidas

LISTA DE ATIVIDADES RADICAIS

ESCOLHA 1 DAS SEGUINTES OPÇÕES:

Arborismo
Canoagem
Paintball (>12anos) / *Splatmaster* (>8anos)

LISTA DE ATIVIDADES AVENTURA NA NATUREZA

ESCOLHA 1 ou 2 DAS SEGUINTES OPÇÕES:

Apresentação Canina
Caça Fotos (Observação de Fauna e Flora)
Circuito de obstáculos (brevemente)
Escalada e Rapel
Escalada e Slide
Gávea
Jogos de Água
Jogos de Natura (Pistas, *Peddy-paper*, Caça ao Tesouro, Corrida de Desorientação)
Jogo de Tempo Limite
Jogos Tradicionais ou Talvez Não
Passeio de Trator
Slackline
Tiro com Arco e Zarabatana

Obs: O horário das atividades poderá sofrer alterações devido a condições climatéricas ou outras alheias ao SNP.

PROGRAMA "O MEU" ACAMPAMENTO

INCLUI

- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
- Monitores para as atividades estruturadas;
- Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
- Tendas para pernoita;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Zonas de Ensombramento;
- Água potável;
- 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;

(A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem "diretamente" a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)

- IVA à taxa legal em vigor.

NÃO INCLUI

- Refeições - OPÇÃO B;
- Transportes;
- Colchonetes e sacos-cama.

REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)

(consultar pág.18)

PEQUENO-ALMOÇO	1,70€
LANCHES	1,70€
ALMOÇO / JANTAR	9,20€
CEIA	0,70€

Obs.:

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confecionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

NOME	**PROGRAMA ACAMPAMENTO YOLO** 1 DIA ½ (1 noite)
PREÇO POR PARTICIPANTE	***Opção A* = 59,00€** /*pax* (c/IVA c/Refeições) ***Opção B* = 41,50€** /*pax* (c/IVA e s/Refeições)
IDADE	> 8 anos
CONDICIONANTES	Mínimo 20 pessoas
FOCO DO PROGRAMA	2 Dias de acampamento com 3 atividades radicais e jogos de contacto com a natureza adaptados às idades e à época do ano.

HORÁRIO DAS ATIVIDADES

1ºDIA

10h00	Receção e *briefing* no Campo Base
	Lanche
	Montagem de Campo
11h30-12h45	Atividade de Acolhimento
13h00	Almoço + Tempo Livre
14h00-17h30	Atividade Radical: **Arborismo + *Slide* + Escalada**
16h00	Lanche
18h00	Banhos + Tempo Livre (*ex.* campo de jogos)
19h30	Jantar
20h45-22h30	Animação Noturna: **Jogo Noturno OU *Disco Night***
22h45	Ceia
23h00	Recolher

2ºDIA

08h00	Alvorada
08h30	Pequeno-almoço
09h00	Desmontagens de Campo
10h00-12h30	Atividade Radical: **Canoagem OU *Paintball* (>12anos) / *Splatmaster* (>8anos)**
11h00	Lanche
12h45	Despedidas

ATENÇÃO: Após fim das atividades e antes da saída, o grupo pode permanecer no SNP para almoçar, estando a partir dessa altura sob a supervisão dos seus responsáveis.

EXTRAS

Apresentação Canina: +1,55€/*pax.*

Passeio de Trator: +1,63€/*pax.*

Obs: O horário das atividades poderá sofrer alterações devido a condições climatéricas ou outras alheias ao SNP.

PROGRAMA ACAMPAMENTO YOLO

INCLUI

- Refeições (Todas) – OPÇÃO A;
- Monitores para as atividades estruturadas;
- Equipamentos e materiais para todas as atividades (não incluindo: sacos-cama e colchonetes);
- Tendas para pernoita;
- Seguro de acidentes pessoais;
- Zonas de Ensombramento;
- Água potável;
- 1 Adulto por cada 10 participantes não paga;

(A presente oferta encontra-se sujeita à condição do adulto se responsabilizar pelo acompanhamento e apoio do grupo, assegurando, desta forma, que todas as crianças e jovens que não se encontrem "diretamente" a realizar atividades do SNP, ou que estejam em pausa das mesmas, estão sempre acompanhadas e sob a sua vigilância.)

- IVA à taxa legal em vigor.

NÃO INCLUI

- Refeições - OPÇÃO B;
- Transportes;
- Colchonetes e sacos-cama.

REFEIÇÕES/PESSOA (c/IVA)

(consultar pág.18)

PEQUENO-ALMOÇO	1,70€
LANCHES	1,70€
ALMOÇO / JANTAR	9,40€
CEIA	0,70€

Obs.:

1 Adulto por cada 10 participantes não paga refeições.

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.

Os grupos podem optar por providenciar ou confecionar as suas próprias refeições.

Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

SESIMBRA NATURA PARK

WWW.INFO@SESIMBRANATURAPARK.PT

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

ARBORISMO

DESCRIÇÃO	O ARBORISMO é uma atividade que consiste num percurso de obstáculos entre plataformas posicionadas nas copas das árvores - 10 pontes suspensas entre os 5 e os 8 m de altura, com um sistema de linha de vida contínua a terminarem num slide de 70m. O mesmo é complementado por uma parede de escalada. (Pontes: Z; Dupla Alternada, Paralelas, Piano, Mista, Baloiço, Indiana, Himalaia, Tarzan, Descontinuada.)
LIMITAÇÕES	Pode ser realizado apenas por pessoas maiores de 1,20m e até 120kg. *Slide* & Escalada a partir de 1,10m. Não é uma atividade adequada a pessoas grávidas ou com problemas de coluna.
INCLUI	- Capacete, arnês, *kit* de "vida contínua"; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa confortável e sapatos fechados, elástico para o cabelo e garrafa de água.

ESCALADA & SLIDE

DESCRIÇÃO	A ESCALADA & *SLIDE* é um conjunto de atividades que consiste na subida de uma parede artificial de escalada, com o objetivo de atingir o topo, procurando os melhores pontos de apoio para mãos e pés, tentando nunca cair nem recorrer à corda de segurança. Uma vez concluída a escalada, @ participante opta por fazer a sua saída da plataforma em Slide; isto é, descendo em suspensão através de um cabo de aço esticado e com algum declive (comprimento 70mt) ou em Rappel, nome dado à descida vertical da parede de escalada. Estas atividades requerem equilíbrio, agilidade, resistência, força, controlo mental, sentido de responsabilidade e um "grito do Ipiranga".
LIMITAÇÕES	*Slide* & Escalada pode ser realizado apenas por pessoas maiores de 1,20m e até 120kg. Não é uma atividade adequada a pessoas grávidas ou com problemas de coluna.
INCLUI	- Capacete, arnês, *kit* de "vida contínua"; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa confortável e sapatos fechados, elástico para o cabelo e garrafa de água.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

CANOAGEM

DESCRIÇÃO	A CANOAGEM é uma atividade desenvolvida num lago com 13ha de planos de água, perfeitos para a sua aprendizagem, dinâmicas de jogos, observação de paisagens e fauna. Águas calmas ideais para a prática de canoagem de velocidade.
LIMITAÇÕES	Crianças menores de 8 anos têm obrigatoriamente de ser acompanhadas por um/uma adult@.
INCLUI	- *Kayaks sit-on top* c/ 2 lugares (nº total de canoas 14); - Colete de Flutuação adaptado ao peso d@ praticante; - Pagaias; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer fato de banho + *t-shirt* (para vestirem na altura da atividade), chapéu ou boné, chinelos, toalha, protector solar e garrafa de água.

PAINTBALL

DESCRIÇÃO	O *PAINTBALL* é uma atividade de equipa onde @s jogador@s eliminam @s seus/suas oponentes utilizando marcadores de ar comprimido, que disparam bolas de tinta biodegradável, cujo rebentamento por impacto torna visível o local atingido. No SNP este é um desporto aventura, praticado ao ar livre com momentos de muita adrenalina e emoção. São necessárias no mínimo duas equipas, cuja constituição pode variar de 4 a 10 elementos por equipa.
LIMITAÇÕES	O *Paintball* no SNP só é praticado por maiores de 12 anos, maiores de 7anos têm disponível a versão *Splatmaster (ver abaixo)*.
INCLUI	- Marcador de *Paintball;* - Botija de ar comprimido ilimitado; - Máscara, pescoceira e colete de proteção; - Carregamento de 50 bolas/participante no início de cada jogo; - Equipa de arbitragem/monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática para vestirem na altura do jogo (*sweatshirt*/casacos grossos de mangas compridas + calças), calçado fechado e confortável e garrafa de água.

SPLATMASTER

DESCRIÇÃO	O *SPLATMASTER* é uma versão do *Paintball* adaptada para crianças, que apesar de ter uma dinâmica idêntica (*ver descrição do Paintball*), os seus marcadores de jogo são mais leves, funcionam com sistema de mola e as bolas são mais pequenas.
LIMITAÇÕES	*Splatmaster* no SNP só é praticado por maiores de 7 anos.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

INCLUI	- Marcador de *Splatmaster*; - Máscara, pescoceira e colete de proteção; - Carregamento 16 bolas/participante no início de cada jogo; - Equipa de arbitragem/monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática para vestirem na altura do jogo (*sweatshirt*/casacos grossos de manga comprida + calças), calçado fechado e confortável e garrafa de água.

ATELIER MÃOS NA TERRA

DESCRIÇÃO	No *ATELIER* MÃOS NA TERRA pretendemos proporcionar uma experiência do mundo rural de forma lúdica e didática, explorando o espaço da quinta pedagógica: tratar, identificar, regar, plantar e colher da sua horta e pomar e também conhecer e alimentar os animais da quinta. A quinta dispõe de um pomar de variedades regionais, jardim de cheiros, horta pedagógica e alguns animais de quinta, com uma zona de ensombramento e um pequeno parque infantil.
LIMITAÇÕES	As atividades a desenvolver dependem da época do ano. >3anos
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

ATELIER MÃOS NA MASSA

DESCRIÇÃO	No *ATELIER* MÃOS NA MASSA procuramos proporcionar aos participantes, através de jogos e oficinas criativas, uma experiência que apele aos sentidos e criatividade, sendo as crianças e adultos desafiados a proceder à transformação dos produtos que colheram na quinta.
LIMITAÇÕES	As atividades a desenvolver dependem da época do ano. >3 anos
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

TRATOR

DESCRIÇÃO	O PASSEIO DE TRATOR permite uma exploração cómoda e divertida da Herdade da Mesquita, atravessando vários tipos de paisagens agrícolas e florestais (pinhal, montado, floresta mista), lagos e galerias ripícolas, com boas oportunidades de observação da avifauna, muito rica nesta região, já que esta Herdade é atravessada por corredores ecológicos que ligam as áreas naturais da Serra da Arrábida à Lagoa de Albufeira (com exceção dos animais da Quinta Pedagógica, todos os outros passíveis de ser avistados são autóctones e estão em total liberdade).Ao longo do percurso são efetuadas paragens para partilhar curiosidades e histórias sobre a herdade.
LIMITAÇÕES	Quanto menor for a idade das crianças maior deverá ser o rácio de adult@s.
INCLUI	- Equipa de monitores.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

APRESENTAÇÃO CANINA

DESCRIÇÃO	O Centro Pedagógico Canino Beira Tejo realiza a APRESENTAÇÃO CANINA onde demonstra o treino dos cães que se encontram à sua guarda. Durante 40 minutos podemos aprender sobre a forma de treino praticada neste centro (Cães de Parar) bem como observar a jovialidade e alegria destes cães e ainda interagir com eles. Este espaço é liderado por Jorge Piçarra, 4 vezes campeão mundial nas modalidades de Santo Humberto e Caça-Prática.
LIMITAÇÕES	(*Sem limitações*).
INCLUI	- Equipa de monitores.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

TIRO COM ARCO / ALVO

DESCRIÇÃO	O TIRO COM ARCO é uma atividade cujo principal objetivo é acertar num alvo previamente estabelecido com a utilização de um arco. É uma atividade onde a concentração e habilidade individual contribuem com um tiro certeiro para o sucesso da equipa...ou não. (ALTERNATIVAS: Tiro com Zarabatana, Fisga, Marcador de Splatmaster/Paintball)
LIMITAÇÕES	Tiro com arco no SNP é praticado por maiores de 6 anos.
INCLUI	- Arcos, flechas, bastiadores; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

OLÍMPIADAS "SEM MANEIRAS"

DESCRIÇÃO	As OLÍMPIADAS "SEM MANEIRAS" são um conjunto de atividades ou postos onde as equipas são desafiadas a realizar provas aparentemente simples e divertidas que implicam o envolvimento de todos os seus elementos enquanto competem entre si … as dificuldades que tendem a surgir contribuem, simultaneamente, para criar um ambiente de boa disposição, cooperação, competição e estratégia. Ideal para Gregos e Troianos!
LIMITAÇÕES	> 5 anos.
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água, durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

TORNEIOS DESPORTIVOS

DESCRIÇÃO	Os " TORNEIOS DESPORTIVOS" são um conjunto de provas onde a competição de equipa, a animação e o *fairplay* são as palavras-chave. As mesmas poderão ter algumas *nuances* ou limitações de mobilidade. As provas desportivas podem passar por Voleibol, Futebol, Tiro com Arco, BTT, Basebol/*Kickball*, Disco Voador, *Gagaball* (brevemente).
LIMITAÇÕES	> 7 anos.
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

DISCOTECA

DESCRIÇÃO	Uma DISCOTECA a céu aberto, uma noite final divertida e cheia de energia, onde não vai faltar muita música, animação, estrelas e luzes. Um momento de encontro e convívio para celebrar a vida e o grupo.
LIMITAÇÕES	(*Sem limitações*).
INCLUI	- Material para a atividade; - Equipa de monitores; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa adequada, calçado fechado e confortável e garrafa de água.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

JOGO NATURA

DESCRIÇÃO	O JOGO NATURA (*ex.*: *Peddy-paper*/Jogo de Pistas/Caça ao Tesouro/Corrida de Desorientação) é uma atividade de contacto com a natureza, na maioria das vezes implica com uma componente de orientação. Nesta atividade as equipas são convidadas a resolver um desafio, a ajudar uma personagem em dificuldade, a descobrir um tesouro, ou a cumprir uma missão. Com estações de atividade ou postos de jogo com diferentes desafios (*ex.*: jogos tradicionais, jogos de roda, tarefas de tempo-limite, jogos de água, tiro ao alvo, enigmas.) Tudo isto numa tónica campestre e florestal, que pode implicar a interação com os animais de quinta, atravessar trilhos na herdade, apanhar fruta no pomar, etc.
LIMITAÇÕES	A atividade varia consoante a idade do grupo, nº de pessoas, altura do ano e temática. >3 - 99 anos
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

JOGOS NOTURNOS

DESCRIÇÃO	Os JOGOS NOTURNOS são desafios de equipa realizados durante a noite cheios de movimento e diversão. Dinâmicas desenvolvidas num ambiente seguro e planeadas em função da faixa etária para minimizar o medo do escuro. Estes jogos proporcionam aos seus jogadores desenvolvimento de sentidos, um crescente à vontade com o meio envolvente e familiarização com a escuridão.
LIMITAÇÕES	> 8 anos.
INCLUI	- Material para as atividades; - Equipa de monitores em função do n.º de participantes; - Fornecimento de água durante a atividade.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática e escura para vestirem na altura dos jogos (*sweatshirt*/casacos grossos de mangas compridas + calças), calçado fechado e confortável e lanterna.

DESCRITIVO DAS ATIVIDADES SNP

ALUGUER DE BICICLETAS

DESCRIÇÃO	Os participantes podem trazer bicicleta(s). Existem disponíveis para alugar, no SNP, 16 bicicletas de adulto e 5 de criança. Por unidade: 5€ / ½ dia ou 7,5€ /dia.
LIMITAÇÕES	(*Sem limitações*).
INCLUI	- Capacete e bomba. - IVA à taxa legal em vigor.
RECOMENDAÇÕES	Participantes devem trazer roupa prática, calçado fechado e confortável, chapéu ou boné, e garrafa de água.

DESCRITIVO DE REFEIÇÔES

REFEIÇÕES

PEQUENO-ALMOÇO	1,70€
LANCHES	1,70€
ALMOÇO / JANTAR	9,40€
ALMOÇO *LUNCH BAG*	6,00€
CEIA	0,70€

COMPOSIÇÃO

- PEQUENO-ALMOÇO: Pão, manteiga, doce, fiambre/queijo, leite/sumo.
- LANCHE MANHÃ: *Croissant* com chocolate/ovo e leite/sumo.
- LANCHE TARDE: Pão, manteiga, doce, fiambre/queijo, leite/sumo, fruta da época.
- ALMOÇO / JANTAR: Prato principal, sumo, fruta/sobremesa e pão.
- ALMOÇO *LUNCH BAG*: 2 sanduiches, 1pacote batatas fritas (emb. 30 gr), 1 peça de fruta, 1pacote de sumo,(20cl),
- CEIA: Pacote individual de bolachas e leite/chá de camomila ou cidreira.

INCLUI

- IVA à taxa legal em vigor.

OBSERVAÇÕES

O Sesimbra Natura Park não dispõe de capacidade de frio para comida ou bebidas não fornecidas pelo próprio.
Os grupos podem optar por providenciar ou confecionar as suas próprias refeições.
Encontram-se disponíveis no Campo Base uma zona para churrascos e bancadas lava-loiça.

CONDIÇÕES DE RESERVA PARA PROGRAMAS ESCOLARES

- 50€ a título de pré-reserva com a maior antecedência possível para garantir as atividades nas datas pretendidas, principalmente em época alta (final de Abril até final de Setembro);

- 50% (-50€) com 8 dias de antecedência, com confirmação definitiva do número de participantes (qualquer comunicação posterior de diminuição ou a falta de comparência de participante(s), não dará lugar a devolução ou redução, mantendo-se o valor total a pagar.);

- Restantes 50% pagos no final da atividade.

Em cada pagamento, é necessário o envio do comprovativo de pagamento para *info@sesimbranaturapark.pt* e o envio dos dados para faturação no 1º pagamento, caso contrário, fatura será passada genericamente em nome de cliente final.

O aumento do número de participantes de uma reserva também é possível, devendo ser comunicado por escrito até 8 dias antes do evento/atividade. Está sujeito a disponibilidade de meios operacionais, podendo dar origem a alterações às condições originais da reserva.

DADOS PARA PAGAMENTO:

> Zimbrasport, Lda.
>
> IBAN:PT50 0010 0000 5235 3390 0017 3