

### Calendarização das atividades de Outdoor

Nº da Atividade	Tipologia	Descrição	duração	N min	N max	Preço por Participante	idade	Obs	Local	Data	Hora	
1	SUP	Experiência de Stand Up Paddle (SUP), de nível de dificuldade baixo/médio, em ambiente natural. Briefing com regras de segurança e técnicas de progressão. Guia/Instrutor certificado. Inclui seguro e todo o material necessário à experiência.	2h00	6	12	28€/ 34€/40€	todas					
									WKS outdoor	Oeiras	17/10/2020	11h00-13h00
2	Surf	Experiência na modalidade de Surf. Formação breve fora e dentro de água por Guia/Instrutor/Treinador certificado. Inclui seguro e todo o material necessário à experiência.	2h00	4	8	21,70€/26,35€/ 31€	todas					
										Carcavelos / Costa	14/10/2020	11h00-13h00
										Carcavelos / Costa	21/10/2020	14h30-16h30
		Carcavelos / Costa	28/10/2020	14h30-16h30								
3	KiteSurf	Experiência de Kitesurf dentro e fora de água (de preferência, em albufeira). Briefing com regras de segurança e técnicas de progressão + pequenas incursões com o Kitesurf. Inclui Guias/Monitores certificados, bem como seguro e todo o material necessário à experiência.	2h	3	6	70€/85/100€	todas		Fonte da Telha	20/10/2020	11h00-13h00	
4	Escalada	Experiência na modalidade de escalada em rocha natural. Briefing sobre equipamentos e regras de segurança. Escalada de algumas vias de dificuldade adequada ao nível dos participantes. Guia/Instrutor/Treinador certificado. Inclui seguro e todo o material necessário à experiência.	3h a 4h	6	12	28€/34€/40€	todas					
										Parque S. João	24/11/2020	11h00-14h00
									Parque S. João	14/11/2020	14h30-17h30	
5	Canoagem	Experiência de Canoagem de nível baixo/médio, podendo ser realizada em grupos, com embarcações rígidas ou insufláveis. Briefing + percurso em rio ou mar. Inclui Guias/Monitores certificados, bem como seguro e todo o material necessário à experiência.	2h a 4h	15	25	25,90€/31,45/37€	todas					
										Oeiras / Jamor	31/10/2020	10h-14h00
									Oeiras / Jamor	07/11/2020	10h-14h00	
6	BTT	Experiência de Bicicleta Todo o Terreno (BTT, do próprio) de nível baixo/médio, podendo ser realizada em 2 grupos por nível de experiência/ritmo. Briefing + percurso em paisagem natural. Inclui Guias/Monitores certificados, bem como seguro e todo o material necessário à experiência, exceto BTT (possibilidade de aluguer de BTT é valorizada).	2h a 3h	10	20	18,90€/22,95€/27€	todas		Monsanto /guincho	21/11/2020	10h00-13h00	
7	Espeleologia	Percurso/circuito de nível de dificuldade baixo, realizado no interior de grutas/cavernas, com algumas passagens recorrendo a manobra de cordas (rappel, subida por cordas e similares). Briefing com regras de segurança e técnicas de progressão. Acompanhamento com Guia/Instrutores certificados. Inclui seguro e todo o material necessário à experiência.	2h a 3h	6	12	40,60€/49,30€/58€	todas		Serra dos Candeeiros/Arrábida/Rio Maior/Fátima	28/11/2020	10h00-13h00	
9	Coasteering	Experiência realizada ao longo da costa, com entradas na água por intermédio de saltos. Inclui atividades de nível fácil de Natação e Escalada. Briefing e acompanhamento por Guia/Instrutor/Treinador certificado. Inclui seguro e todo o material necessário à experiência.	3h a 4h	4	12	47,60€/57,80€/68€	todas		Guincho /Espichel	18/10/2020	10h00-14h00	

