



Acampamento Go Outside de Aventura – Pais e Filhos

Manual dos Pais

Bem-vindos ao Acampamento Go Outside de Aventura – Pais e Filhos! Neste acampamento as aventuras são reais. Sigam à risca os procedimentos e sugestões deste manual. **Contamos com a colaboração de todos, preparando adequadamente suas famílias e equipamentos.**

Não permitimos aparelhos eletrônicos (jogos, celulares e etc.), balas, chicletes, doces e afins, no Acampamento. Orientem seus filhos!

Preparação geral das famílias para o Acampamento

- Aproveite esta oportunidade para praticar esportes em família antes do acampamento. Façam juntos passeios de bike, caminhadas e, quem sabe, um passeio de caiaque.
- É permitida a utilização de equipamentos pessoais. Quem tiver remos, colete salva-vidas e demais equipamentos esportivos de uso pessoal, pode levar.
- Entenda um pouco da logística do acampamento:
 - ✓ Cada participante tem um “número de acampamento”. Este número indica o lugar certo para pendurar a sua mochila, seu varal para colocar as roupas molhadas, sua sapateira para o “tênis da meleca” e a caixa para roupas em sua barraca. A organização dos itens pessoais de cada um (adulto ou criança) será feita logo na chegada ao Acampamento, com a ajuda dos monitores.
 - ✓ Caberá a cada família a organização dos equipamentos e roupas pessoais de “suas crianças”.

Apresentação para o acampamento

- As atividades monitoradas do Acampamento começam às 9h do sábado. Entretanto, famílias são bem-vindas no Fazendão a partir das 17h da sexta-feira e o check-in pode ser realizado desde este horário, até às 11h do sábado. Para participar das atividades do sábado de manhã, o horário limite para a apresentação é 8h.
- Cada família, ao chegar ao Fazendão, será recepcionada por um monitor que vai orientar sobre a instalação na(s) barraca(s) e passar todas as informações necessárias para uma boa estadia. Durante a sexta-feira, apesar de não haver atividades monitoradas, toda a equipe de monitores estará no Fazendão para dar atenção e ajudar na ambientação das famílias. O salão de jogos



estará disponível e algumas atividades podem ser oferecidas de acordo com o momento e a vontade de todos.

- Encorajamos as famílias a chegarem o mais cedo possível para aproveitar melhor toda a experiência que o Fazendão proporciona!

Sobre as atividades oferecidas

- A base das atividades do Acampamento é ligada aos esportes de aventura (caminhada, mountain bike e canoagem), mas teremos também atividades e jogos lúdicos.
- Os interessados em praticar Mountain Bike (pais ou filhos) devem levar suas bicicletas. Recomenda-se fortemente uma revisão das bikes em oficina especializada.
- Em diversos momentos do final de semana serão oferecidas atividades simultâneas, podendo cada participante, adultos ou crianças, optar pela atividade de sua preferência. As ofertas vão combinar as possibilidades de diferentes esportes, diferentes graus de exigência, havendo inclusive, propostas de treinos para os pais e mães “atletas”.
- Haverá momentos de *tempo livre*, quando cada participante/família poderá fazer atividades de no salão de jogos, participar de jogos externos e pescaria, ou simplesmente relaxar pela sede do Fazendão.
- Não há obrigatoriedade de participação das atividades.

Roda de fogueira no sábado à noite

- Os pais “violeiros” estão convidados a trazer seus violões.
- É permitido aos pais o consumo de bebidas alcólicas que queiram levar para o Acampamento. Disponibilizamos para compra algumas opções de vinhos e cervejas.

Acesso ao Fazendão

- O mapa de acesso ao Fazendão encontra-se anexado neste manual.
- Recomendamos às famílias com meios de deixar a cidade mais cedo, que evitem o trânsito carregado das Rodovias Raposo Tavares e BR 116 a partir das 16h da sexta-feira.
- O trajeto desde São Paulo, sem trânsito, é de aproximadamente 1h50m, a partir da Cidade Universitária.



Acampamento Go Outside de Aventura – Pais e Filhos

O QUE LEVAR? CHECK LIST DE ITENS OBRIGATÓRIOS

Parceria Acampamento de Aventura / Nautika

Aproveite a comodidade de adquirir via internet equipamentos com desconto especial de 25%!

Faça um contato direto com **Marino (contato@acampamentodeaventura.com.br)** para saber como proceder para comprar estes equipamentos “on line” com toda comodidade e preços especiais.

Bike

Recomendamos levar as bikes de tamanhos apropriados para cada integrante da família, em bom estado, com freios e câmbio funcionando bem. Não é obrigatório a criança saber pedalar e a bike pode ser sem pedal (balance bike) ou vir com rodinhas. Também não é obrigatório levar bike e/ou participar das atividades de MTB do Acampamento.

Itens de segurança OBRIGATÓRIOS para bike: 1 capacete e 1 par de luvas.

Itens recomendados para bike: óculos, porta garrafinha instalado na bike + garrafinha (tipo squeeze).

Roupas / vestimentas

- 4 pares de meia
- 5 peças de roupas íntimas
- 1 boné
- 1 gorro
- 1 roupa de banho (sungã ou maiô – não recomendamos biquíni)
- 3 shorts (ou bermudas / bermudas de bike/ legging para meninas)
- 1 jaqueta impermeável tipo “anorak” – apropriada para prática esportiva e que realmente seja impermeável
- 1 roupa de neoprene de espessura máxima de 3mm (roupa de mergulho, pode ser de manga e pernas curtas)
- 2 jaquetas do tipo “fleece” (ou moletom)
- 2 calças do tipo “fleece” (ou moletom)
- 1 pijama ou roupa confortável e quente para dormir
- 3 camisetas – preferência para tecido sintético (esportivos leves e transpiráveis)
- 2 pares de tênis – 1 para prática de esportes, leve, respirável e solado com cravos / 1 para usar a noite
- 1 par de chinelo ou crocs



- 1 toalha de banho
- * sapatilha de MTB (para quem usa)

Acessórios

- **Para dormir na barraca:** 1 saco de dormir + 1 isolante térmico + 1 travesseiro (pequeno)
- 1 repelente + 1 protetor solar
- 1 mochila esportiva para uso em todas as atividades (preferência com bolsa de hidratação, tipo “camel back”)
- 1 sacola de supermercado do tipo “recicle” (resistentes) para a roupa suja
- 1 lanterna de cabeça (head lamp)
- 1 bússola
- Medicamentos de uso pessoal
- Kit higiene pessoal: levar os itens de uso habitual. Levar shampoo e sabonete suaves, sem sais e sem parabeno. (Granado, Johnson&Johnsons, quase todos os infantis)



Acampamento Go Outside de Aventura – Pais e Filhos

MAPA DE ACESSO AO FAZENDÃO

INDICAÇÕES E MAPA DE ACESSO PARA O FAZENDÃO

- Você deverá sair de São Paulo pela Rod. Raposo Tavares (acesso pode ser feito pela Marginal Pinheiros, utilizando as pontes Cidade Universitária ou Eusébio Matoso) ou Rod. Régis Bittencourt. Ambas as rodovias podem ser acessadas também pelo Rodoanel Mário Covas.
- Na Rod. Raposo Tavares você vai trafegar por aproximadamente 10,4 km até o acesso ao Rodoanel Mário Covas. Este acesso fica no km 19 da Rod. Raposo Tavares, após a Polícia Rodoviária. No local existe uma placa: SAÍDA 29 / RODOANEL / RÉGIS BITTENCOURT.
- Notar que logo após a saída da Raposo Tavares a primeira entrada, à direita, é para acessar o Rodoanel sentido C. Branco/Anhanguera/Bandeirantes. Você **NÃO** deve entrar nesta saída, e **sim** seguir em frente sentido **R.Bittencourt/Imigrantes/Anchieta**.
- No Rodoanel você vai prosseguir por aproximadamente 5,5 km até a Alça de Acesso à Rod. Régis Bittencourt. Este acesso fica no km 30 do Rodoanel Mário Covas, 700 metros após um túnel. No local existe uma placa: SAÍDA 30 / R. BITTENCOURT / REGISTRO / CURITIBA.
- Na alça de acesso você vai percorrer aproximadamente 500m até o acesso à Rod Régis Bittencourt.
- Na Rod. Régis Bittencourt você vai prosseguir por aproximadamente 50 km até a entrada da cidade de Juquitiba. Neste trajeto você passará pelos municípios de Embu das Artes, Itapeverica da Serra e São Lourenço da Serra até chegar a Juquitiba.
- Entrar na cidade de Juquitiba, à sua direita. Logo na entrada da cidade localizar à sua direita a Padaria Estrela de Juquitiba. Você vai estar na Avenida Juscelino K. de Oliveira. Seguir por esta avenida por 650 metros, até a rotatória de acesso à Avenida 31 de Março (neste trecho você vai passar uma ponte e vários comércios).
- Entrar à esquerda na rotatória e seguir por 200 metros na Av. 31 de Março, até a bifurcação com a Avenida Nossa Senhora da Aparecida.
- Entrar à direita na Avenida Nossa Senhora da Aparecida e seguir por 410 metros até a Igrejinha Nossa Senhora da Aparecida.
- Seguir reto, pela esquerda da Igrejinha, em direção ao final do trecho urbano, na sequência direta para a Estrada Martha Maria de Jesus, conhecida como “Asfalto para



Sama”. Este trecho, desde a Igrejinha até a saída desta estrada é de aproximadamente 12,7 km.

- Atenção, em qualquer problema no trecho urbano de Juquitiba, basta perguntar pelo “Asfalto para Fazenda Sama”. Todos na cidade conhecem.
- Após seguir pelo “Asfalto da Sama” pelos 12,7 km desde a Igrejinha, em uma longa reta de descida, você deverá sair à esquerda no acesso de asfalto, bem onde está localizada a “sede nova” da Fazenda Sama (tem uma casinha de madeira, da sede da Sama, no local).
- Se você perder esta entrada, vai descer um pouco pelo asfalto, cruzar uma ponte e o asfalto vai acabar. Retorne...
- O caminho que segue para o Fazendão é uma linha reta pelo asfalto até chegar à Guarita da fazenda. Existem apenas bifurcações com estradas de terra, basta seguir pelo asfalto. Da sede nova da Sama até lá, são 10 km.
- Identificar-se na portaria e seguir adiante por 400m até a primeira bifurcação com uma estrada de terra. O asfalto sobe à sua esquerda, e você deve se manter à direita (em frente) seguindo pela estrada de terra passando pelo meio das Araucárias.
- Seguir por 900 metros até a bifurcação seguinte, no Lago das Capivaras . O lago estará à sua esquerda, basta seguir em frente, ignorando a entrada que tem à esquerda.
- Seguir pela estrada de terra por 450 metros até chegar à Sede do Fazendão - não entrar na placa “Adventure Ranch” – seguir pela subidinha mais à esquerda por 30 metros até a sede.

MAPA DE ACESSO DE JUQUITIBA À FAZENDA DA EDITORA 3 / FAZENDÃO

