



Acampamento Go Outside de Aventura

Manual dos Pais

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

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

Preparação geral de seu filho 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.
- Explique ao seu filho um pouco da logística do acampamento, enfatizando que:
 - ✓ Cada Acampante tem um **monitor pessoal**, que vai ajudá-lo na organização de seus pertences e em tudo o que será necessário durante os dias de acampamento;
 - ✓ Apenas crianças dormem juntas na barraca, mas bem pertinho, na barraca ao lado, dorme o **monitor pessoal**, que estará ali para ajudar em qualquer necessidade;
 - ✓ Cada criança 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;
 - ✓ Durante uma parte das atividades do dia, geralmente na prática dos esportes de aventura, as crianças são divididas em 04 grupos (G1/G2/G3/G4), de acordo com a idade de cada um. No entanto, há momentos em que todos os acampantes estão juntos nas atividades, e momentos de **tempo livre**, em que cada um pode pelo que prefere fazer: jogos de salão, pescaria, futebol, vôlei, frescobol, gincanas, entre outros.
- Algumas regras que podem ser adiantadas para seus filhos:
 - ✓ Respeito – não permitimos brincadeiras, apelidos que caracterizem **bullying**. Cada criança chega ao acampamento com seu apelido indicado na ficha de inscrição e deverá ser conhecida e tratada assim por todos no acampamento.
 - ✓ Silêncio na área de acampamento – a partir das 22h é obrigatório o silêncio na área das barracas. É permitido conversar baixinho, sem que a conversa possa ser ouvida nos arredores das barracas.
 - ✓ Não é permitido levar doces, tais como: balas, chicletes e afins.



- ✓ Não é permitido falar palavrão em nenhum momento do acampamento.
 - ✓ É obrigatório o uso de cinto de segurança no ônibus que faz o traslado de ida e volta.
 - ✓ **Hidratação durante as atividades – Obrigatório que cada criança tenha sua garrafa (recipiente) de água pessoal durante as atividades coletivas como trekking, bike e canoagem.**
- **Primeiro dia – Sitio Canoar:** o Acampamento começa com um dia de aventura no Sitio que deu origem ao Rafting no Brasil.
 - ✓ O ônibus que parte de São Paulo com os acampantes não vai direto para o Base Camp (base do acampamento). Ele segue para o Sitio Canoar, onde todos (monitores e acampantes) participam do Rafting pela manhã e uma tarde de arborismo e tirolesa. Desta forma é preciso que seus filhos estejam preparados para este dia de atividades já no check-in do Acampamento, na segunda-feira, a saber:
 - Trajar roupas esportivas. Usar o **tênis da meleca** (ver detalhes sobre o tênis da meleca na lista de equipamentos obrigatórios);
 - Levar mochila de ataque (descrita no check list) contendo obrigatoriamente: repelente, protetor solar, boné, jaqueta impermeável, garrafinha tipo squeeze ou camel back cheio (com água);
 - Não precisa levar lanche. Tanto no ônibus quanto na expedição o lanche é fornecido pelo Acampamento.
 - **Uma troca de roupa seca para após as atividades.**
 - **APENAS PARA G4 (13 ANOS +)** - todos acampantes do grupo G4 devem levar o capacete de bike na mochila, e devem **carregar as bicicletas no ônibus** e não no caminhão.

----- Apresentação para o embarque -----

Embarque (Shopping Eldorado) e o desembarque (Em frente ao Colégio Santa Cruz) acontecem em locais diferentes.

- As famílias devem apresentar-se às 7h, segunda-feira, **no estacionamento** do Shopping Eldorado. **É FUNDAMENTAL NÃO SE ATRASAR.**
- Na URL <https://gpp.gl/maps/dMwuLPqCh8N2> você pode visualizar no Google Maps a exata localização. O endereço do shopping é Avenida Rebouças, 3970 – Pinheiros, SP/SP;
- Caso ocorra algum imprevisto na manhã de apresentação para o Acampamento, favor ligar imediatamente para um dos diretores do acampamento (Shubi – 11.98518.0003 / Zé Pupo -11.99934.4224 /Zé Caputo – 11.99942.2688).
- Ao passar a cancela do estacionamento, mantenha-se no nível térreo (não descer para o



subsolo). Contorne o shopping à sua direita para chegar ao local de check-in (na cobertura, em frente às portas de vidro que dão acesso ao shopping).

- O estacionamento do Shopping é pago (custo por conta das famílias);
- A família deve dirigir-se ao embarque com os seguintes itens organizados:
 - ✓ **Filho Aventureiro**, com as vestimentas e mochilas de ataque, preparado para a Expedição Conquista do Base Camp (conforme orientado acima);
 - ✓ Malas fechadas e identificadas com o nome do seu filho (máximo de 02 volumes permitidos)
 - ✓ Eventuais remédios a serem ministrados pela equipe médica durante o acampamento em sacola separada, para ser entregue diretamente à equipe médica;
 - ✓ Bike montada e pronta para o uso;
 - ✓ Dois espaguete de natação ou cobertor velho para isolar e proteger a bike no traslado para a fazenda;
- Teremos 03 bases por onde cada família deverá passar com seus filhos no momento do check-in no estacionamento do Shopping Eldorado:
 - ✓ **Mesa de Check-In** – conversa com equipe médica e entrega de eventuais medicações específicas de seu filho + foto de identificação do acampante;
 - ✓ **Caminhão de bikes** – instalação das placas de identificação e entrega das bikes para embarque;
 - ✓ **Caminhão de malas** – etiquetar e embarcar as malas (permitido até no máximo 02 volumes por Acampante).
- É obrigatório aos pais permanecerem com os filhos até o momento do embarque, previsto para acontecer entre 8h15 e 8h30.

Apresentação para o desembarque – (Colégio Santa Cruz)

- As famílias devem apresentar-se na sexta-feira, a partir das 17h00 **na Avenida Arruda Botelho, 133 – Alto de Pinheiros**. A chegada dos acampantes acontece pontualmente às 17h00. Porém os caminhões com malas e bikes chegam antes e já é permitido aos pais organizarem seus pertences nos carros antes da chegada dos acampantes. **É FUNDAMENTAL NÃO SE ATRASAR**.
- Em caso de algum imprevisto com a viagem, enviaremos mensagens para os números de contato deixados na Ficha de Inscrição.

Na URL <https://goo.gl/maps/n6Prj9e44NFEJBp86> você visualizará no Google Maps a exata localização. O endereço é Colégio Santa Cruz – Av. Arruda Botelho, 133 - Alto de Pinheiros, São Paulo - SP, 05466-000



Comunicação durante a semana do acampamento

- Contato em caso de emergência: enviar mensagem via WhatsApp para Acampamento de Aventura (11. 97465.0045) ou para os diretores do Acampamento Shubi (11.98518.0003), Zé Pupo (11.99934.4224) ou Zé Caputo (11.99942.2688).
- É importante salientar que não prevemos comunicação entre pais e filhos durante o acampamento (salvo casos de extrema necessidade). **NÃO CRIEM EXPECTATIVAS DE FALAR COM SEUS FILHOS DURANTE O ACAMPAMENTO.**



WHATSAAP

- Durante o acampamento você receberá, através de lista de transmissão, fotos, relatos e acontecimentos do dia. **Atenção:** para isso faz-se necessário salvar o contato do Acampamento (11 97465.0045) em seu celular.



FACEBOOK

- Para acessar a página, digitar “**Acampamento Go Outside de Aventura**” na janela de busca do FB ou utilizar o link <https://www.facebook.com/acampamentogoutside/?fref=ts>.



INSTAGRAM

- Acesse a nossa conta [@acampamentogoutside](https://www.instagram.com/acampamentogoutside).



Acampamento Go Outside de Aventura

Check List –

Importante

Não exceder os itens apontados na lista abaixo. Os itens pessoais dos acampantes são acondicionados em caixas plásticas que ficam nas barracas. Não há espaço para mais itens do que os listados.

MARCAR COM NOME TODAS AS ROUPAS E MATERIAIS.

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

- Praticamos muito Mountain Bike durante o acampamento. Uma boa bike com tamanho adequado, freios e cambio em ótimo estado de funcionamento, e preferencialmente com amortecedor dianteiro será fundamental para seu filho aproveitar as clínicas e passeios. As chances dele se apaixonar por este esporte dobram se ele tiver um bom equipamento!
- É obrigatório levar a bike para uma revisão em oficina especializada antes do acampamento;
- Retire todos os acessórios desnecessários da bike, tais como bagageiro e para-lamas;
- Instale um suporte para garrafinha + uma garrafinha compatível com o seu tamanho (que fique bem justo e não caia com o trepidar da bike);
- Seu filho usa rodinhas? Não se preocupe: elas podem vir instaladas na bike. Temos **Oficina tira-rodinha** programada para encerrar esta fase com alegria!

- **Itens de segurança obrigatórios para bike:** capacete e luvas.
- **Itens de segurança recomendados para bike:** óculos e bermuda acolchoada
- **Itens para proteção da bike no transporte:** 02 cobertores velhos ou 02 espaguete de natação (estes itens não serão devolvidos ao final do acampamento)

Roupas / vestimentas

- 06 pares de meia. As meias devem ter cano médio ou alto (não recomendamos meias soquetes: com água e/ou lama elas não protegem e o tênis machuca o tornozelo);
- 08 peças de roupas íntimas



- 01 boné
- 01 gorro (inverno)
- 02 roupas de banho (sunga ou maiô – não recomendamos biquínis);
- 05 shorts (ou bermudas / bermudas de bike/ legging para meninas)
- 01 jaqueta impermeável tipo “anorak” – apropriada para prática esportiva, que seja realmente impermeável;
- 01 roupa de neoprene de espessura máxima de 3mm (roupa de mergulho, pode ser de mangae pernas curtas) – **apenas para crianças que sentem muito frio**
- 03 jaquetas do tipo “fleece” (ou moletom)
- 02 calças do tipo “fleece” (ou moletom)
- 01 pijama ou roupa confortável para dormir
- 06 camisetas – metade delas preferencialmente de tecido sintético (esportivosleves e transpiráveis)
- 02 pares de tênis – 1 para prática de esportes (leve, respirável e solado com cravos) / 1 para usar à noite
- 01 par de chinelo ou crocs
- 02 toalhas de banho

Acessórios

Para dormir na barraca:

- 1 saco de dormir + 1 isolante térmico + 1 travesseiro(pequeno) – **proibido mandar colchões infláveis;**
- 1 repelente + 1 protetor solar
- 1 mochila esportiva para uso em todas as atividades (preferência com “camel back”, bolsa de hidratação)
- 2 sacolas de supermercado não descartáveis (resistentes) para a roupa suja
- 1 lanterna de cabeça (head lamp) com 2 jogos de pilhas
- 1 bússola
- Medicamentos de uso pessoal
- Kit higiene pessoal: levar os itens de uso habitual. **Nosso vestiário é sustentável. Levar shampoo e sabonete suaves, sem sais e sem parabeno, por exemplo, Granado, Johnson&Johnson e quase todos os infantis.**

Como organizar os itens para apresentação no check-in / Shopping Eldorado

- **Acampante – o que vestir na apresentação para o acampamento:** o Acampante deve ir para o check-in vestindo roupas esportivas, para participar das atividades no Sítio Canoar. Com ele, no ônibus, só poderá embarcar a mochila esportiva contendo obrigatoriamente: **repelente + protetor solar + jaqueta impermeável + boné + camel back ou garrafinha squeeze (com água) + troca de roupa.**
G4 (13 anos +): levar capacete de bike na mochila



- **Bolsa(s)/mala(s):** será(ão) embarcada(s) em um caminhão que vai diretamente para a fazenda/ dar preferência para bolsas de tecido / evitar tradicionais malas duras de viagem / acomodar tudo preferencialmente em um, ou no máximo em dois volumes.
- **Medicamentos de uso pessoal:** deverão ser levados em sacola transparente, separada e entregue aos médicos/enfermeiros no check in. Eles serão os responsáveis por ministrar estes medicamentos durante o Acampamento.
- **Bike:** a bike deve ir montada, pronta para o uso. Levar junto os cobertores ou espaguete solicitados.