



CANOAGEM RIO CEIRA (GÓIS)

(esta informação deverá ser do conhecimento de todos os participantes)

DESCRIÇÃO GERAL

Descida do rio Ceira no concelho de Góis ou Lousã. Consoante o volume de água e o nível de experiência dos participantes, será realizado um dos sectores: Sector 1 – Colmeal/Cabreira; Sector 2 – Góis/VNceira; Sector 3 - VNceira/Serpins. A descida poderá ainda não se realizar se volume mínimo de água não existir. Qualquer um destes sectores exige experiência anterior em canoagem aos participantes, espírito de aventura e alguma destreza física, pois embora o grau de dificuldade varie bastante com o sector e com o volume de água, o rio Ceira é um rio muito estreito nalguns locais, com pedras de grandes dimensões e arvores que por vezes obstruem o caminho e que podem criar situações de alguma dificuldade para os participantes. É também um rio com diversos açudes com diferentes configurações, o que torna esta descida numa das mais atrativas que podem ser feitas nesta região centro. A descida é feita em kayaks bilugares, mas participantes com experiência devem fazê-la em monolugares.



SETORES DA DESCIDA

Ceira 1 – Colmeal / Cabreira – sector com 9km. Sector que alia zonas de fácil progressão com águas paradas ou pouco rápidas, com outras mais técnicas, com desníveis causados por açudes (alguns com dimensões assinaláveis) ou zonas rochosas como a Cortada do Colmeal e o túnel de Capelo, onde o rio passa durante alguns metros por debaixo do monte. Existem algumas passagens muito estreitas. A parte final é sem dúvida uma zona espetacular com a chegada á aldeia da Cabreira, com açudes partidos, rápidos e vários desníveis de água.

Ceira 2 – Góis / VNceira – sector c/ 7km. Trata-se do sector mais acessível do Ceira, caracterizado por uma dezena de açudes grande parte de fácil progressão, tem apenas 2 ou 3 passagens mais estreitas que exigem alguma experiência e destreza para transpor s/ ir provar a temperatura da água.

Ceira 3 – VNceira / Serpins – sector com 7km. Trata-se do sector mais técnico do Ceira, caracterizado pela passagem do Cerro da Candosa, uma crista quartzítica que deixa um rasto de pedra rolada de grandes dimensões no leito do rio, tornando este sector muito técnico. Não existem açudes de grandes dimensões, mas a existência de muitos rápidos, passagens estreitas e muita proximidade de árvores e arbustos, faz com que este sector seja essencialmente indicado para monolugares e participantes com experiência.



FICHA TÉCNICA

Tipo de percurso: Linear. **Ponto de encontro Ceira 1 e Ceira 2:** 9h30m/ Bombeiros Voluntários de Góis (concelho de Góis) **Ponto de encontro Ceira 3:** 9h/ Praia Fluvial das Canaveias (concelho de Góis). **Duração média:** 4h/6h (dependendo do sector, da corrente rio e do ritmo e experiência dos participantes. Inclui paragem para almoço) **Época recomendada:** Outono/Inverno/Primavera (Outubro a Maio). **Dificuldade:** médio a difícil, dependendo da condição física dos participantes e das condições do rio. **Mínimo:** 6 participantes. **CLASSIFICAÇÃO:** variável, pode ir desde **** (recomenda-se experiência), *** (os participantes deverão ter experiência em canoagem)** e em alguns sectores e até em épocas de forte precipitação *****(participantes deverão estar em completa autonomia)**, (informe-se com os nossos monitores previamente)

ATIVIDADES EXTRAS

Só disponível para grupos de 15 ou mais participantes e com reserva prévia do respetivo extra. Estas atividades só se realizam caso as condições atmosféricas o permitirem. Os preços apresentados são por participante.

- **Slide:** 5€
- **Slide + rappel:** 7,5€
- **Tiro com arco:** 2,5€
- **Paintball / BTT:** 12,5€

PREÇOS

30€/pax. Inclui equipamentos, seguro, enquadramento, guias, transporte de condutores entre o início e o final da descida e fato de neoprene + bota. **50% de desconto para participantes em autonomia em termos de equipamento de canoagem e fato.**

INSCRIÇÕES

Para efetivar a inscrição, basta indicar um nome, contatoº de telemóvel e enviar para a Trans Serrano até 5 dias antes, 50% de adiantamento da reserva, para o NIB: 0035.0345.0000.6867.5301.1. É necessário o envio da **lista de nomes completos e data de nascimento** de todos os participantes por e-mail (geral@transserrano.com), até 2 dias antes da atividade. Para aluguer dos fatos, é necessário enviar, por e-mail, **o tamanho de corpo** (S, M, L, XL, XXL, XXXL) e **tamanho de pés** (36-44) de cada participante, até 2 dias antes da atividade.

ADVERTÊNCIAS

Este rio exige experiência prévia em canoagem por parte dos participantes. Aconselha-se boa forma física: o percurso é muito extenso e duro. Existe probabilidade de pequenos acidentes no contacto com árvores e pedras durante o percurso. Não aceitamos a participação de crianças e jovens (menores de 16 anos). Contudo, este rio tem uma envolvente natural deslumbrante com vegetação variada e inúmeras aves. Apesar de ser um rio selvagem, visto que normalmente não se vê ninguém entre o início e o final da descida (não há povoações no percurso), e de ter rápidos permanentes, é um rio que proporciona uma descida inesquecível. Durante o Inverno, ou em alturas de precipitação elevada, o caudal do rio pode variar rapidamente em algumas horas, pelo que a realização da descida está sempre dependente da análise e avaliação do rio na própria altura, tendo também em conta a experiência dos participantes e a sua faixa etária. Durante a primavera ou verão a realização da descida não é realizada. Os participantes devem ter atenção aos olhos. Devem vir com fitas/cordão para não se perderem no rio. Não recomendamos o uso de telemóveis, máquinas fotográficas e outros aparelhos eletrónico ao longo da descida. Durante a descida não deve ser deixado nada visível no interior das viaturas. E tudo o que for considerado de valor deverá ser colocado numa mochila (que andar sempre com os participantes ou com a organização).

O QUE DEVE TRAZER

PRIMAVERA: fato de banho, protetor solar, toalha para o final da descida, ténis ou outro calçado não muito pesado e que proteja os dedos (não deverão trazer chinelos ou outro tipo de calçado que não fique bem preso aos pés e que não proteja os dedos). Caso pretendam levar roupa vestida durante a descida, deverão trazer uma muda de roupa para o final. Deverão ainda trazer água e um almoço leve (sandes, fruta, barras energéticas).

INVERNO: roupa quente e leve para vestir por debaixo do fato, por exemplo uma camisola térmica ou parte de cima do fato de treino, com camisola interior. Se não utilizarem botas de neoprene, recomendamos utilização de ténis velhos, cantil ou garrafa de água, almoço leve (sandes, fruta, barras energéticas), roupa seca e quente e muda de calçado para o final e toalha de banho.

CLASSIFICAÇÃO DA DIFICULDADE

Esta classificação foi adaptada da Classificação Internacional da Dificuldade de Navegabilidade dos Rios.

Um rio tem sempre mais do que um grau de dificuldade dado as características das margens e do seu leito. Durante o ano e dependendo das condições atmosféricas os rios também variam a sua classificação.

1 Estrela: Iniciação. Sem muitas ondas e sem grandes obstáculos. Um ou outro rápido sem perigo.

Rápidos pequenos com ondas médias, com ou sem obstáculos, variando entre canais médios a estreitos.

2 Estrelas: Dificuldade moderada. Recomenda-se já alguma experiência. Em alguns troços do rio ondas médias, alguns obstáculos de transposição. É necessário algumas manobras básicas. O praticante deve contar com algumas molhas.

3 Estrelas: Difícil. Canais muito complexos com muitos obstáculos a evitar. Ondas e rápidos consideráveis. São necessárias manobras de precisão. Todos os participantes deverão ter experiência em canoagem.

4 Estrelas: Muito difícil. Rápidos grandes e violentos, quase sempre seguidos, sem interrupção. Alguns obstáculos com grandes correntes. Qualquer erro acaba num banho. Participantes devem ter capacidade de estar em autonomia.

COMO CHEGAR?

Ceira 1 – Colmeal / Cabreira – e Ceira 2 – Góis / VN Ceira –

A1 para Coimbra. Sair na saída de Condeixa e Lousã (vindo de Sul) ou Coimbra Sul (vindo de norte). Aí apanhar a IC2 / N1 até Coimbra. Quando tiverem a chegar a Coimbra encontram a Ponte Rainha Santa Isabel, atravessam a ponte em direcção a Coimbra, N17 e V.N.Poiães. Em Coimbra seguem sempre em frente (passam 4 rotundas). Não-de encontrar placas de indicação para a N17 / Estrada da Beira e V.N.Poiães. Na 5ª rotunda, virar há direita. Na rotunda seguinte seguir em frente. Mais à frente passam a ponte da Portela à saída de Coimbra e seguem em direcção a V.N. Poiães. Andam uns 25 km sempre na N17 em frente e no entroncamento de Poiães, encontram 2 rotundas. Viram na 2ª rotunda à direita em direcção a Góis. Depois são uns 15 km até Góis seguindo a estrada N2 sempre em frente.

Ceira 3 – VN Ceira / Serpins

Idem para Góis, mas a 5km de Góis encontra-se na estrada a placa á esquerda para a Praia Fluvial das Canaveias. Encontro no estacionamento.

OPÇÕES DE REFEIÇÃO (para grupos com mais de 15 participantes)

- **Almoço / Buffet** (servido na margem do rio): 2 sandes, 1 croissant misto, 1 salgado, 1 chocolate, fruta, água, sumo. Preço por pessoa 5€. **Só se faz para um mínimo de 15 pessoas.**
- **Almoço volante individual** (servido na margem do rio): saco individual com 2 sandes, 1 croissant misto, 1 salgado, 1 chocolate, fruta, 1 garrafa de água de 25 cl. Preço por pessoa 6€. **Só se faz para um mínimo de 15 pessoas.**

OUTRAS CONDIÇÕES

- **Os valores incluem:** a) **seguro de acidentes pessoais:** inclui cobertura de morte ou invalidez permanentes de 20.000€ e despesas de tratamento de 3.500€ (apólice 202126631, Allianz Portugal); b) **seguro de responsabilidade civil:** inclui cobertura de 75.000€ por sinistro (apólice 95/934311, Liberty Seguros, SA).
- **Aos valores** apresentados acresce IVA à taxa em vigor.
- Os **valores** incluem sempre equipamento específico da atividade, **guias e os seguros.**
- A Trans Serrano reserva-se o **direito de cancelar ou alterar a data da atividade no próprio dia**, caso as condições atmosféricas ou outras coloquem em causa a segurança dos participantes.
- A Trans Serrano reserva-se o **direito de cancelar ou alterar a data da atividade com aviso prévio**, caso não obtenha o número mínimo de participantes necessário para a realização da atividade.
- Em caso de não comparência ou desistência nas 24 horas antecedentes à atividade, sem qualquer tipo de notificação, a Trans Serrano reserva-se no direito de reter ou exigir o pagamento de 50% do preço da atividade.

Convívio único! Experiências inesquecíveis!

Paisagens, emoções e sabores do nosso Portugal! Profissionalismo da Trans Serrano

Atividades CARBONO ZERO

Uma parte das nossas receitas reverte a favor da reforestação da Serra da Lousã.

Atividades RESPONSABILIDADE SOCIAL

Uma parte das nossas receitas reverte a favor de uma instituição de cariz social da Região Centro.

