

8 a 12 de Agosto 2018



Expedição em canoa Rio Douro Internacional



DESCRIÇÃO

Contacto com a natureza agreste do Parque Natural do Douro Internacional com inúmeros avistamentos de grifos, abutres, águias e cegonha preta. A capital das Arribas em Portugal proporciona aos participantes uma jornada única num dos principais canhões rochosos fluviais do mundo. Prática de um desporto saudável, agradável e não poluente. O programa prevê visitas culturais aos burros mirandeses e contacto com a gastronomia local (posta mirandesa).

ADVERTÊNCIAS

- Não recomendamos esta atividade a crianças com idade inferior a 12 anos
- Esta atividade envolve algum esforço físico. Recomendamos boa forma física, bom estado de saúde e determinação. A atividade pode ser feita sob um calor intenso, uma das pernoitas não tem chuveiros. A organização terá como apoio um chuveiro de campanha, um gerador, uma arca frigorífica e um reboque de transporte dos objetos pessoais.
- As dormidas são feitas em tenda própria todas as noites. Recomendamos experiência nesta área, o mínimo de peso possível ao nível de colchões e tamanho de tendas.
- É obrigatório que os participantes saibam nadar. É obrigatório o uso de colete.

LISTA DE MATERIAL INDIVIDUAL

Será fornecida uma lista posterior à inscrição, juntamente com programa detalhado, no entanto, cabe aos participantes trazer tenda, saco-cama e colchonete, material de higiene pessoal, pratos e talheres individuais, roupa e mudas, calçado, cantil, chapéu, protetor solar, fato banho e toalha.

INSCRIÇÃO

Para efetivar a inscrição, indicar os nomes completos e datas de nascimento dos participantes, nº telemóvel do organizador e fazer transferência de 50% de adiantamento para o IBAN - PT50004534534027764108953 CCAM até 20 dias antes (enviar cópia ou comprovativo por mail).

PREÇO

260€ por participante, inclui equipamentos, seguros, enquadramento, monitores e viaturas de apoio, 4 pequenos almoços, 4 almoços volantes, 2 jantares em restaurante e 2 jantares em acampamento e transfers dos condutores entre final e início da descida. IVA incluído. Só se realiza com um mínimo de 15 participantes. **Descontos:** 5% desconto para grupos que se inscrevam com mais de 10 pessoas.

Programa Específico

A descida faz-se em ritmo de passeio para usufruir das belezas únicas da região

1º DIA (4ªf)	Encontro no Parque de Campismo Municipal de Miranda do Douro às 18h30 20h – Jantar em restaurante: entradas, posta à mirandesa, bebidas, sobremesa e café Pernoita no Parque de Campismo de Miranda do Douro
2º DIA (5ªf)	7h30 – Alvorada; 8h – Pequeno-almoço; 9h – Transfer do Parque de Campismo para a Barragem de Miranda do Douro Descida: Barragem Miranda do Douro – Barragem Miranda do Douro (sector a montante de Miranda do Douro) itinerário de ida e volta, com regresso na zona de S. João das Arribas; 15h30 – Regresso ao parque para tomar banho e mudar de roupa; 16h30 – Partida para Atenor; 17h – visita cultural a Atenor (com visita ao Centro de Recuperação do Burro Mirandês) e Palaçoulo; 20h – Jantar em restaurante em Palaçoulo: entradas, caldeirada de cordeiro, bebidas, sobremesa, café; Regresso ao Parque de Campismo. Pernoita no Parque de Campismo de Miranda do Douro
3º DIA (6ªf)	8h – Alvorada; 8h30 – Pequeno-almoço; 9h30 – Transfer do Parque de Campismo para a aldeia de Picote; 10h30 – Descida: Picote – Barragem de Bemposta: 18km; 15h30 – Chegada à Barragem de Bemposta 20h – Jantar no acampamento: Esparguete à Bolonhesa, salada, pão, água, sumo, vinho, sobremesa Melão. Pernoita no largo da Barragem (Não tem sanitários nem chuveiros. Montamos latrina e chuveiro)
4º DIA (sab)	8h – Alvorada; 8h30 – Pequeno-almoço; 10h30 – Descida: Barragem de Bemposta – Praia Fluvial del Rostro (Espanha): 20km; 16h30 – Chegada à Praia Fluvial del Rostro. Montagem das tendas; 20h – Jantar no acampamento: Bifana no prato, arroz de cenoura, salada, pão, água, sumo, vinho, cerveja, sobremesa salada de fruta Pernoita na praia fluvial (Tem sanitários mas não tem chuveiros. Montamos chuveiro)
5º DIA (dom)	8h – Alvorada; 8h30 – Pequeno-almoço; 9h30 – Transfer da Praia Fluvial para jusante da Barragem de Aldeadavilla 11h - Descida: Barragem d'Aldeadavilla – Praia Fluvial da Congida (Freixo Espada a Cinta): 17km Final da atividade – despedidas e até à próxima aventura

Atividade CARBONO ZERO

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

Atividade RESPONSABILIDADE SOCIAL

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

Outras informações importantes:

- **Os valores incluem: 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). **Seguro de responsabilidade civil:** inclui cobertura de 75.000€ por sinistro (apólice 95/934311 – Liberty Seguros, SA).
- Em caso de não comparência ou desistência nas 24 horas antecedente 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.

