



CANYONING

RIBEIRA DAS QUEULHAS

CASTANHEIRA DE PERA / SERRA DA LOUSÃ

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

DESCRIÇÃO

Atividade que envolve a descida a pé da Ribeira das Quelhas, com recurso a saltos, descidas em rapel e travessias por dentro de água. As Quelhas é uma ribeira básica, com um troço curto e adequado para iniciação na actividade. Tem 6 rapéis interessantes com cerca de 14 a 20 metros. Tem também alguns saltos pequenos para a água e, em certos locais, é necessário realizar pequenos destreps.

O QUE É O CANYONING?

O Canyoning resume-se à descida de rios e ribeiras de montanha, através do recurso a técnicas de manobras de corda e outras para transpor obstáculos (descida de cascatas em rapel, saltos para a água, travessias a nado, etc.). Para a realização desta atividade é necessário recorrer a equipamento específico, adaptado ao meio em questão: fatos de neoprene, botos de caminhada, equipamento de proteção individual (capacete, arnês, descensor), mochilas próprias, sacos e bidons estanque.

FICHA TÉCNICA

Tipo de percurso: Circular **Ponto de encontro:** 9h30m aldeia de Coentral (junto ao café).
Extensão: 3km. **Desnível:** 184m **Duração média:** 4h/5h (dependendo do ritmo dos participantes) **Mínimo:** 6 participantes. **Dificuldade:** Média. **Altitude inicial:** 500 metros.
Épocas recomendadas: Final da Primavera e Outono **Descrição técnica:** O percurso de descida pela ribeira é escorregadio. Tem cerca de 6 pequenos rapéis (o 1º é de 14m, o 2º é de 17m, o 3º é de 18m, o 4º é de 17m, o 5º é de 12m, o 6º é de 20m). Ainda existe a possibilidade de realizar mais um rapel de 7 metros ou fazer o seu destrepe. De modo geral, o percurso vai sendo feito dentro e fora de água, tendo que efetuar alguns destreps. Para o final existe a possibilidade de fazer 2 saltos para a água e um pequeno tobogã.

PREÇOS

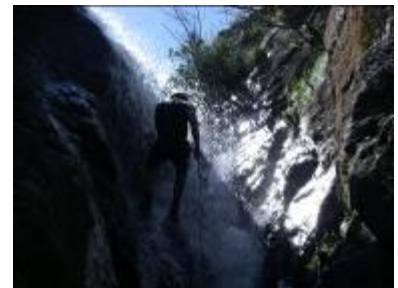
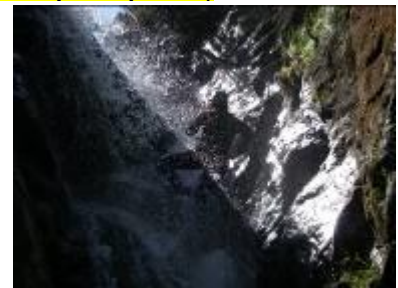
40€/pessoa. Equipamento pessoal incluído: fato completo de neoprene e equipamento de proteção individual (capacete, arnês, descensor), seguros e enquadramento por monitores experientes e qualificados. Mínimo: 6 participantes.

INSCRIÇÕES

Para efetivar a inscrição, basta indicar um nome, contato de telemóvel e enviar o comprovativo para a Trans Serrano até 5 dias antes de 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 (geral@transserrano.com), **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

Requer alguma destreza física e experiência anterior em rapel, embora seja possível para iniciação.



Após chegar à aldeia do Coentral junto à ribeira das Quelhas (no local do final da atividade), muda-se de roupa e faz-se o enquadramento da atividade. Posteriormente é necessário realizar uma caminhada, sempre a subir, para chegar ao início do canyoning. Os participantes devem ter atenção aos óculos. 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 atividade. Durante a atividade não deve ser deixado nada visível no interior das viaturas.

O QUE DEVE TRAZER DA SUA RESPONSABILIDADE

Deve trazer água e farnel (almoço leve à base de sandes, fruta e barras energéticas e/ou de cereais). É necessário trazer calçado para andar na água (botas de caminhada), meias de neoprene (facultativo), camisola de Lycra (facultativo), mochila pequena para andar na água, protetor solar, elástico para prender o cabelo (caso tenha cabelo comprido). Quem usar óculos graduados deve aplicar um cordão nas hastes para estes andarem mais seguros.

COMO CHEGAR?

Como chegar a Coentral (Castanheira de Pêra): O acesso via Lisboa ou Porto faz-se pela A1. Sair em Pombal e continuar pelo IC8 em direção a Castelo Branco. Sair na saída de Castanheira de Pera / Figueiró dos Vinhos, depois direção Castanheira de Pera. Em Castanheira de Pera seguir em direção a Coentral ou Santo António da Neve.

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

- **Buffet** servido na margem do rio: 5€ - 2 sandes, 1 croissant misto, 1 salgado, 1 chocolate, 1 peça de fruta, água, sumo.

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 (canoa, pagaia e colete de canoagem), **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.

