EXPEDIÇÃO OBB - PROGRAMA FEAL NA CHAPADA DOS VEADEIROS

DURAÇÃO	DIFICULDADE	A PARTIR DE
14 dias / 13 noites	Radical (4/5)	R$ 5.890,00

Programa de Fundamentos em Educação ao Ar Livre com 14 dias na região de Cavalcante.

DIA A DIA

1º ao 14º Dia - EXPEDIÇÃO NA CHAPADA DOS VEADEIROS - CONTEÚDO DO PROGRAMA:
O programa será em formato expedição realizando uma travessia em áreas remotas da região da Chapada dos Veadeiros. Durante 14 dias participantes e instrutores estarão autônomos e caminharão por terrenos acidentados e íngremes, se orientarão com mapa e bússola e farão travessias de cânions. Você será responsável por organizar e carregar sua própria mochila, montar acampamento, cozinhar e se envolver em todas as atividades necessárias para o andamento do programa. Instrutores irão frequentemente discutir com você aspectos relacionados à segurança em áreas naturais. O sucesso do programa depende do seu envolvimento positivo: Siga as recomendações dos instrutores, aja com prudência e exercite o bom julgamento.

Durante os 14 dias de expedição na Chapada dos Veadeiros, abordaremos os seguintes temas:

Conceito da Zona de Conforto

Ciclo de Aprendizagem Experiencial de acordo com Kolb

Ferramenta do Feedback

Estilos de Liderança

Tomada de Decisão

Gestão de Risco

Técnicas de Mínimo Impacto - Leave no Trace

Navegação com Mapa e Bússola

Técnicas de canionismo

Pernoite em barracas coletivas;

Alimentação completa inclusa;

DATAS E PREÇOS

DATA	STATUS	A PARTIR DE

19/06/2027	Há Vagas	R$ 5.890,00

Somente Terrestre - Valores em R$ - Preço por pessoa

Hospedagem	Acomodação	Valor à vista	Valor parcelado no cartão de crédito
Acampamento	Barraca Coletiva	5.890	6.550

Valores válidos para saídas conforme calendário acima.

Informações gerais:

* O programa está sujeito a confirmação quanto à disponibilidade de vagas de todos os serviços locais e poderá sofrer reajustes de valores na parte aérea ou terrestre. Confirmar o valor do pacote com seu consultor de viagens.

* Os valores citados nas tabelas acima estão sujeitos a alterações e disponibilidade no ato da reserva.

Formas de pagamento:

À vista através de depósito bancário ou PIX.

Cartão de crédito

Parcelado em até 6x sem juros no cartão de crédito via PayPal.

(30% através de depósito bancário + até 6 parcelas sem juros).

*** para clientes estrangeiros, consultar condições de pagamento.

*** for foreign clients consult payment rules.

Condições de Cancelamento:

De acordo com as condições do contrato de prestação de serviço.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui:

- Pernoite em barracas coletivas;

- Alimentação rica e balanceada (inclusive a pizza) especialmente escolhida para o ambiente de expedição, exceto café da manhã do primeiro dia e jantar do último dia;

- Equipamentos técnicos como mochila, barraca, saco de dormir, isolante térmico, fogareiro, panelas, kit primeiros socorros e outros.

- Instrutores altamente capacitados e com treinamentos em primeiros socorros em áreas remotas;

- Material didático durante o programa;

- Seguro contra acidentes pessoais durante todo o período do programa;

Não Inclui:

- Transporte até o ponto de encontro, em Alto Paraíso - Goiás.

- Despesas de carater pessoal

- Material impresso e Brindes Pisa Trekking

- Material e roupas individuais, você receberá uma lista completa dos itens que deve trazer;

PONTOS DE INTERESSE

- Se você gosta de trekking, acampamento e vida ao ar livre, esta experiência é pra você;

- Aprenda muito sobre técnicas para realizar uma expedição de sucesso;

- Uma viagem de transformação pessoal que provoca o auto-desenvolvimento, há mais em você do que você imagina;

- Faça parte desta comunidade de pessoas que amam viver ao ar livre;

- Este é um dos principais e mais completo programa da OBB.

- Conheça a Chapada dos Veadeiros de forma diferente, através de uma expedição autosuficiente.

- Se desejar contribuir para que uma pessoa de baixa renda tenha a oportunidade de participar deste programa, consulte-nos sobre o Fundo de Bolsas da OBB. Através desta ajuda, os programas se tornam acessíveis a todos, fortalecendo o caráter social e a diversidade nos grupos da OBB. Não deixe de participar, fale com a gente!

Saídas em grupo conforme calendário divulgado abaixo.

SOBRE A TRILHA

Este programa é indicado para pessoas maiores de 18 anos que buscam ampliar seus sonhos e limites ao viverem uma jornada desafiadora na natureza que irá transformar profundamente o autoconhecimento e a maneira de encarar a vida. O FEAL permite um profundo entendimento da aprendizagem experiencial e a apropriaçao de ferramentas para a facilitaçao de processos de desenvolvimento de pessoas na natureza. Elas podem ser empregadas tanto no âmbito pessoal como profissional.

Não é necessária nenhuma experiência prévia pois todas as técnicas são ensinadas. Você só precisa estar disposto e motivado a viver, aprender e trabalhar em grupo.

Um bom condicionamento físico é um fator importante para esse programa. Alguns dias poderão ser difíceis fisicamente e você irá aproveitar mais se estiver bem preparado. Viver ao ar livre requer um tipo de energia diferente da energia que precisamos em nosso dia-a-dia na cidade.

A vida é simples e descomplicada. Tudo que você precisa pode ser carregado em uma mochila. Será comum acordar com o sol, as vezes mesmo antes dele nascer, e ir dormir depois de escurecer. Você estará em atividade o dia todo e em alguns deles irá montar acampamento e preparar o jantar depois do pôr do sol. Esteja preparado para dias bem cheios e ativos e comece a entrar em forma agora.

A característica mais importante de condicionamento físico para um curso da Outward Bound é a resistência aeróbica, ou seja, atividades de baixa a média intensidade com longa duração. A ideia é acelerar o ritmo de seus batimentos cardíacos e manter esse ritmo por no mínimo 20 minutos de cada vez, estendendo esse período para 30 ou até 40 minutos a medida que o seu condicionamento melhora. Nós sugerimos que você busque auxílio de uma pessoa especializada para programar um treinamento adequado para você.

Venha preparado para interagir com os outros participantes e com os instrutores. Evite qualquer expectativa específica em relação ao ambiente, às pessoas e às atividades do programa e conte com desafios não antecipados. Especificamente neste programa teremos trechos de natação em travessias de cânions da região. Técnicas básicas de natação serão prestativas.

A primeira refeição do programa é o almoço do primeiro dia e a última, o almoço do último dia. A alimentação do programa inclui itens como macarrão, arroz, sopas, grãos, frutas, queijo, embutidos, pães, etc. Se você tem alguma restrição alimentar, entre em contato conosco por favor. De modo geral os participantes cozinharão em um único grupo, mas eventualmente poderão ser divididos em pequenos grupos de cozinha de 3 a 4 pessoas responsáveis por preparar suas próprias refeições. Esse esquema nos ajuda a trabalhar com mais eficiência, encoraja discussões entre os participantes e aumenta nossa habilidade em minimizar impactos nas áreas de acampamento.

Equipamentos como mochilas, barracas, sacos de dormir, isolantes térmicos, fogareiros, panelas e kits de primeiros socorros serão fornecidos. Você é responsável por levar seu equipamento pessoal. Equipamentos coletivos para as atividades de canionismo como mochilas, bidons estanques, sacos estanques, cordas, mosquetões, fitas e outros equipamentos pessoais como apito, capacete, cinto, freios, cordeletes, mosquetões, auto-seguros, coletes salva vidas e outros serão fornecidos pela OBB. Se preferir utilizar mochila, saco de dormir e isolante térmico próprios ou o seu equipamento de canionismo, avise-nos com antecedência.

O QUE LEVAR

Existe hoje no mercado uma grande diversidade de tecidos desenvolvidos para atividades físicas de diferentes intensidades e ambientes. O que vai proporcionar maior ou menor eficiência não será o material empregado em si, mas sim a tecnologia de tecelagem utilizada e o design da roupa.

No ato da inscrição, seu consultor de viagens, enviará um formulário com todas as dicas de equipamentos e quantidades necessárias para esta expedição.

Tecidos sintéticos: Em geral são mais práticos e seguros pois dissipam melhor o vapor d’água e secam com rapidez. Tenha em mente que estas roupas deverão ser confortáveis e próprias para mantê-lo seco e aquecido. O algodão não é recomendável pois possui características fortemente hidrofílicas, molhando muito facilmente e secando muito lentamente.

Calçados: Leve para expedição um modelo que você já está acostumado a usar, que esteja em condição de suportar um terreno de montanha e que seja confortável. Pode ser uma bota para caminhada (para quem necessita de mais estrutura no tornozelo), um tênis de caminhada ou um trail runner (para quem já utiliza e prefere leveza). Para aqueles que possuam ou queiram enveredar pela atividade de canionismo sugerimos Adidas Outdoor Hydro Pro, Five Ten Canyoneer SAR, Five Ten Canyoneer II ou III. Ainda há opções de calçados mistos para caminhada e canionismo como Five Ten Exum Guide Hiking Shoe, Five Ten Exum Outdoor Action e Five Ten Camp Four (toda a linha). Existe também uma opção nacional, o Snake Acqua.

Neoprenes: Escolas de mergulho costumam ter uma grande quantidade e variedade de modelos e espessuras. Se não for comprar, alugue um. É de sua responsabilidade a compra ou aluguel. Em caso de dúvida entre em contato conosco!

Segue a sugestão de algumas lojas especializadas em equipamentos para caminhada e camping:

Armazém Aventura - (participantes inscritos ganham 10% de desconto em artigos novos)

Bivak

Decathlon

Equinox

Half Dome

Mundo Terra

Pé na Trilha

INFORMAÇÕES IMPORTANTES

INÍCIO E TÉRMINO DO PROGRAMA

INFORMAÇÕES DE TRANSPORTE PARA O LOCAL DO ENCONTRO

Encontro na Base de Cavalcante

Existem diferentes maneiras para se chegar à Alto Paraiso/GO. Aqui listamos aquelas que nos parecem as mais viáveis, mas sinta-se à vontade para procurar outras alternativas. Com a data do curso mais perto e os participantes definidos iremos facilitar o processo de troca de mensagens entre os participantes para se organizarem.

Traslados diretos do Aeroporto de Brasília - DF para Alto Paraíso - GO: Consulte-nos.

De Carro: A partir de Brasília são 246 km de estrada asfaltada e praticamente sem curvas. Sair de Brasília em direção ao norte pela BR-020 até Planaltina - DF. No trevo com acesso à GO-118 seguir em direção a Alto Paraíso.

De Ônibus: Da rodoviária interestadual de Brasília - DF saem ônibus todos os dias para Alto Paraíso - GO.

SEGURO CONTRA ACIDENTES

A OBB contrata um seguro contra acidentes para cada participante do programa,mas é importante que você tenha um seguro de saúde. A OBB responsabiliza-se por removê-lo do local do acidente até um hospital apropriado. Quaisquer despesas e responsabilidades consequentes são por conta do participante. Informamos que devido às características dos locais onde os programas são realizados, os participantes não terão acesso à telefones. Os instrutores de campo têm contato com o escritório da Outward Bound em Campos do Jordão/SP, que no caso de alguma emergência entrará em contato com as pessoas indicadas no formulário médico, que será preenchido no ato da reserva.