

# RAFTING



## 5 de Abril

“Após um ‘briefing’ inicial, em que são dadas todas as instruções de segurança, a adrenalina sobe ao máximo, no interior do barco pneumático. Devidamente equipados, com colete e capacete, os seis a oito participantes seguem as orientações do monitor, remando sempre que necessário. Nos momentos estratégicos, a segurança é sempre lembrada.

A incerteza dos rápidos e os banhos de espuma levam a adrenalina ao fundo, jogando com os declives mais ou menos acentuados, que provocam rápidos exigentes e obstáculos que provam a destreza dos participantes”

**Vem com o Clube PT Zona Norte viver esta aventura no próximo dia 5 de Abril!!!**

***Vem e traz os teus familiares e amigos!***

### PROGRAMA:

- 10h00 – Encontro junto ao convento de Arouca
- 10h30 – Chegada ao Rio Paiva
- 11h00 – Briefing e inicio da descida
- 14h00 – Final da actividade

### PREÇOS:

- Sócios: 37,50 € / por pessoa
- Não Sócios: 42,50 € / por pessoa

**INCLUI:**

Seguro de responsabilidade civil e acidentes pessoais  
Todo o equipamento

**DEVE TRAZER:**

Fato de banho  
Muda de roupa  
Toalha  
Lanche e boa disposição

**DADOS PARA INSCRIÇÃO:**

Idade mínima aconselhável: 16 anos e + ou – 40 kg  
Numero de sócio (numero de funcionário)  
Dados para o seguro: nome completo, data de nascimento e BI  
Para o equipamento: altura, peso e nº de calçado  
Contacto (telemóvel)

**DATA LIMITE DE INSCRIÇÃO:**

30 de Março (inscrição válida mediante pagamento)

**NOTA:** Este evento só se realizará com um número mínimo de 16 inscritos.

---

**A NÃO ESQUECER:**

**PASSEIO ÀS GALERIAS DE ARTE – Inscrições abertas**  
**TORNEIO DE FUTSAL – Pré-inscrições abertas**

**PRÓXIMOS EVENTOS:**

**NOITE DE FADO**  
**TORNEIO DE BOWLING**  
**VISITA À SÉ DO PORTO E IGREJA DE S.FRANCISCO**  
**PAINTBALL**