

CAIAQUE OCEÂNICO - TREINO NA REPRESA DE ATIBAINHA

DURAÇÃO

1 dias / 0 noites

DIFICULDADE

Moderado (2/5)

Próxima Saída: 08/09. Para quem já participou dos cursos e quer praticar e adquirir mais segurança e experiência.

DIA A DIA

1º Dia - PASSEIO DE CAIAQUE OCEÂNICO NA REPRESA ATIBAINHA:

Preparação dos caiaques (recomendamos caiaques duplos para pais com filhos, que são mais estáveis e rendem mais) e saímos pela represa de Atibainha, uma das 5 do Sistema Cantareira, em condições de águas tranquilas, numa represa linda com muita mata atlântica, fauna e águas límpidas. Fazemos uma parada para descanso e pra curtir a represa. Um dia de remada leve e uma experiência tranquila ao ar livre, acompanhados por um guia especializado.

Ponto de Encontro: Marina Pier 44 www.pier44.com.br - Represa de Atibainha, Nazaré Paulista

Duração: das 9hs as 13hs

Sem alimentação

Sem Pernoite.

O QUE ESTÁ INCLUSO

Inclui:

Infra Estrutura

Seguro

Equipamentos (colete, remo e caiaque)

Guia especializado

Não inclui:

Transporte, almoço e bebidas

SOBRE A TRILHA

Águas abrigadas – são locais de mar ou lagos sempre abrigados, que não dependem das condições do mar. (Exemplos: Represa de Atibainha, Canais do Lagamar, Cananéia, Ilha do Cardoso, Saco do Mamanguá)

e Paraty Mirim). Não requer conhecimento técnico de canoagem.

Até duas horas de remada por dia (por volta de 10 km). Condicionamento físico básico.

O QUE LEVAR

Blusa de lycra ou dry, de preferência de manga longa

Neoprene (opcional)

Anorak ou Jaqueta Corta vento (para caso de tempo ruim)

Chapéu ou boné

Luva (opcional)

Bermuda dry ou lycra

Sapatilha de borracha ou papete (para proteger o calcanhar do contato da fibra)

Óculos escuros (opcional)

Garrafinhas para água

Saco estanque ou sacos plásticos para carregar objetos pessoais (só para viagens)

Filtro solar que não saia com a água e com bom fator de proteção

Proteção solar para os lábios

Repelente

máscara e nadadeiras para snorkeling (opcional, só para viagens)