



## **MAIS Lezíria Aventura**

A Comunidade Intermunicipal da Lezíria do Tejo (CIMLT) continua a promover o Projeto MAIS Lezíria, com o objetivo de promover hábitos de vida saudáveis junto das populações, com a realização de atividades desportivas, recreativas, de lazer e sociais.

Assim, a CIMLT e a Câmara Municipal de Salvaterra de Magos vão realizar o MAIS Lezíria Aventura, no dia 21 de junho.

BARRAGEM DE MAGOS – Salvaterra de Magos

Latitude: 38°59'34.86"N

Longitude: 8°41'27.87"W

### **LOCAL:**

- Barragem de Magos – Freguesia de Foros de Salvaterra

### **OBJETIVOS GERAIS DA ATIVIDADE**

- Promover hábitos de vida saudáveis;
- Promover dinâmicas de grupo e um salutar convívio entre todos;
- Valorizar e motivar a autoestima dos participantes;
- Promover e valorizar o património natural do concelho.

## **INFORMAÇÕES ÀS EQUIPAS**

### **CRONOGRAMA**

09h30 – Receção às equipas / Check-in – Barragem de Magos;

09h45 – Briefing às equipas;

10h00 – Entrega de mapas, análise, estratégia e início da atividade;

12h00 – Tempo limite de conclusão da atividade;

12h15 – Entrega de prémios.

### **NORMAS**

As equipas devem ser constituídas por 2 a 5 elementos. (mínimo 6 anos).

O objetivo é, durante as duas horas, obterem o maior número possível de pontuação através da picagem do cartão de controlo e/ou fotografia pelos diversos locais onde haverá as balizas que determinarão o sucesso da superação e progressão no percurso, bem como da realização das atividades propostas.

Navegação através de mapa.

### **PONTUAÇÕES**

Vermelho – tarefa -100 + x pontos

Amarelo – controlo em cartão – 50 pontos

Verde – Fotografia – 25 pontos

Questionário – 10 pontos x 5 questões

### **CRITÉRIOS DE DESEMPATE**

1º- Tempo de prova

2º - Equipa com elemento mais novo

3º - Equipa com maior número de elementos femininos

**Devem apresentar-se com vestuário apropriado para este tipo de atividade,**

**nomeadamente:**

- Equipamento de corrida e/ou caminhada na natureza;
- Chapéu, óculos de sol, protetor solar;
- Pequena mochila com água e reforço alimentar.

Todas as equipas têm a obrigatoriedade de levarem consigo um telemóvel carregado e com capacidade fotográfica.

O número deste telemóvel tem de ser comunicado no secretariado durante o check-in.

As inscrições devem ser efetuadas e remetidas para a CIMLT **até dia 18 de junho**.

### **PRÉMIOS**

- Os elementos das equipas classificadas do 1º ao 5º lugar recebem Troféu Aventura e medalhas para todos os participantes.

### **LEMBRANÇAS**

- Todos os participantes recebem t-shirt.

### **Esclarecimentos adicionais:**

Telefone: 962116568 (Chamada para rede móvel nacional)

desporto@cm-salvaterrademagos.pt