



Regulamento Geral

ACB BOOT CAMP/TEAM CHALLENGE 2017

ORGANIZAÇÃO

O ACB Boot Camp / Team Challenge é um evento organizado pela ACB – Associação Cultural, Beneficente e Desportiva dos Trabalhadores do Município de Vila Nova de Famalicão, em colaboração com a Câmara Municipal de Vila Nova de Famalicão e em parceria com a empresa Go Rookie Boot Camp.

LOCAL

Parque de campismo de Gondifelos

QUANDO

06 de Maio de 2017, entre as 13h30 e as 19h00

OBJETIVOS

- Elevar a motivação pessoal e do grupo;
- Melhorar e simplificar a comunicação;
- Desenvolver o sentido de liderança e senso comum;
- Aumentar a capacidade de ultrapassar obstáculos;
- Fomentar o espírito de entre ajuda inserido num contexto diferente;
- Testar a capacidade de reação em situações de pressão

O QUE ESPERAR

O Team Challenge / Boot Camp será uma experiência única, realizada ao ar livre, em que as equipas serão desafiadas a ultrapassar 10 estações (provas) colocadas no espaço do evento, e de acordo com um percurso delineado. Este desafio, pela sua própria natureza, realizar-se-á sob quaisquer condições climatéricas, inclusivamente, sob chuva. Os participantes deverão esperar provas de obstáculos (team challenge) e também provas de Boot Camp. Cada elemento terá que dar tudo por tudo pela sua equipa. Este desafio necessita de estratégia, capacidade de organização e trabalho em equipa, muito companheirismo e um verdadeiro TEAM SPIRIT.

DESTINATÁRIOS

Este evento é destinado aos associados da ACB.

EQUIPAS

- Cada equipa tem de ser composta por 8 elementos.
- As equipas serão obrigatoriamente mistas com a seguinte composição: 4 homens e 4 mulheres.
- A cada equipa será atribuída, por sorteio, uma cor. O sorteio irá realizar-se no início da prova (13h30).
- Cada equipa deverá ainda escolher o nome da mesma, assim como indicar na ficha de inscrição a pessoa responsável (ou líder da equipa).



- Recomenda-se, tal como para a prática de qualquer atividade física, que os participantes usem roupa confortável e calçado adequado e levem consigo uma muda de roupa.

INSCRIÇÕES

- As inscrições estão limitadas ao máximo de **10 equipas**
- Data limite de inscrição das equipas: 23:59 do dia 27 de abril de 2017, através do link de inscrição: <https://goo.gl/forms/zTU4L6OtLsnNbLSi2>
- O custo de inscrição, por equipa, é de 20,00 Euros (2,5 euros /participante). O pagamento deve ser efetuado na sede da ACB, até 48 horas após a receção da inscrição *on line*, para que a mesma possa ser validada. No caso de a inscrição ser efetuada nos últimos dias, o pagamento da inscrição terá de ser efetuado na sede da ACB, impreterivelmente até ao dia 28/04.
- Na eventualidade do número de equipas inscritas ser superior às estipuladas (10), serão aceites as dez primeiras inscrições pagas, (atendendo ao dia e hora de pagamento).

AS ETAPAS

O Team Challenge / Boot Camp é uma prova composta por dez estações e em cada estação será proposto a cada equipa um desafio. Os participantes terão um tempo limite para concluir o desafio proposto. Todas as equipas terão de passar por todas as estações assim como todos os elementos da mesma equipa têm de concluir todas as provas. Ganha a equipa que concluir o maior número de desafios em menos tempo. No percurso será disponibilizado abastecimento (água) consoante indicações dos monitores da prova.

PRÉMIOS DE EQUIPA

Todos os participantes receberão um diploma de participação e uma medalha.

Serão premiados:

- a) Primeiras 3 equipas que completarem todas as provas no menor tempo (1º, 2º e 3º lugares);
- b) FUN TEAM: Equipa eleita entre os líderes de todas as equipas, cuja boa disposição e companheirismo se tenha destacado entre as equipas presentes.

Prémios:

- Troféu 1º Lugar
- Troféu 2º Lugar
- Troféu 3º Lugar
- Troféu FUN TEAM



PROGRAMA

13h30 (Junto aos balneários)

Receção aos participantes; sorteio das cores das equipas

14h00 – Briefing pelos monitores da Go Rookie Boot Camp

14h15 - Team Challenge/Boot Camp

17h30 (estimativo) – Debriefing e entrega de prémios

18h00 – Lanche final

BALNEÁRIOS

Estarão disponíveis e abertos os balneários das instalações do Parque de Campismo, pelo que os participantes os poderão usar antes, durante e após o evento.

SEGURO

Todos os participantes estão protegidos com seguro de acidentes pessoais, caso necessitem de assistência.

CANCELAMENTO DO EVENTO e REEMBOLSO DE INSCRIÇÕES

Na eventualidade do cancelamento do evento faremos todos os esforços para marcar nova data. Não sendo possível, todos os participantes serão reembolsados no valor da inscrição.

Em caso de desistência de algum participante, poderão ser alterados os membros da equipa **ATÉ 1 SEMANA ANTES DO EVENTO** (através do email administracao@acbfamalicao.org). O valor pago é por equipa, por isso não serão reembolsados valores aos participantes individualmente. Nesse caso, o responsável da equipa terá de assegurar esse reembolso.

FOTOGRAFIAS

Não podemos garantir que haja fotografias de todos os participantes ou de todos os obstáculos. Todas as fotos serão enviadas aos participantes, depois do evento, em formato digital.

A ACB reserva o direito de proceder a alterações ao presente regulamento, comprometendo-se a informar todos os participantes, relativamente às mesmas.