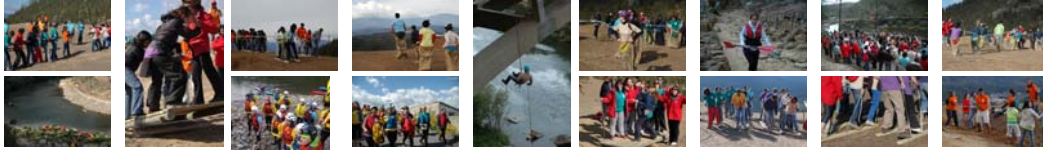


VODAFONE REALIZA CHALLENGER na BEIRA INTERIOR

Em Abril a Grau5 realizou o challenger à descoberta do ouro negro, para a empresa Vodafone. O evento, realizado em 2 fins-de-semana que contou com mais de 200 participantes de Lisboa e do Porto, teve como cenário o rio Zêzere e as Minas da Panasqueira. O evento contou com várias actividades desde a canoagem, BTT, passeio pedestre e muitos jogos de equipa onde o divertimento e a alegria foram uma constante. No final, o esforço físico foi compensado com um lanche Beirão e o dia só podia ter acabado com uma forte animação nocturna!

Foi um prazer muito grande ter recebido um grupo empresarial tão bem disposto e motivado para a prática do desporto aventura na Beira Interior.



Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir?

ESCOLAS de ARGANIL, ALCAINS e PAÚL VISITAM a Barr. Sta LUZIA

A Escola secundária de Arganil (15 Maio), de Alcains (30 e 31 Maio) e do Paúl (27 Junho) visitaram a Barragem de Santa Luzia (BSL), para a realização de actividades ao ar livre. Os dias foram repletos de actividades de desporto aventura desde a canoagem, rappel, slide, tiro com arco, passeios pedestres, minigolf, cordas e paintball!

Desde o início da actividade que todos os participantes se mostraram animados e desfrutaram das actividades desenvolvidas.

Fotos das actividades: em www.grau5.pt - [escola Alcains](#) > [escola Arganil](#) > [escola Paúl](#)



Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir?

GRAU5 REALIZA 2º CURSO DE FORMAÇÃO DE MONITORES

Na sequência da experiência realizada em 2008, a Grau5 realiza novamente cursos de Iniciação de Monitores de Desporto Aventura. Os formandos são alunos da área de desporto e Educação Física da Escola Superior de Educação do IP de Castelo Branco que terão como áreas a canoagem, paintball e cordas. O curso será ministrado pela empresa Acima - serviços e formação lda. (entidade acreditada pela DGERT) com duração de 50 horas (2 cursos de 25 horas) e conta com uma forte componente prática.



Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir?



XI ENCONTRO DE CANOAGEM DO ZÊZERE ROTA DO MINEIRO

Na véspera do feriado de 25 de Abril, o Zêzere voltou a receber os amantes da canoagem para realizar o seu XI encontro. O dia não estava de sol mas a chuva fez uma tréguia durante a descida e as muitas dezenas de pessoas puderam desfrutar de mais um evento que é uma marca regional e uma marca do Zêzere! Para ao cá esperamos por vocês!!

Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir?

GEOROTA DO ORVALHO

No dia 30 de Maio a junta de Freguesia do Orvalho organizou o seu IV passeio pela GEOROTA do Orvalho. O dia estava muito quente mas isso não impediu que mais de 600 participantes aderissem ao evento.

A Grau5 colaborou no evento com uma animação de cordas como rappel e ponte tirolesa, junto da cascata da Água D'alte,

Fotos das actividades: em www.grau5.pt - Georota do Orvalho





ESTE ANO NÃO DEIXE DE VISITAR A

BARRAGEM DE STA LUZIA (BSL)

Um programa bastante completo de animação de desporto aventura e de natureza é o que vai encontrar na Barragem de Sta Luzia.

Actividades como a canoagem, paintball, gaivotas, btt, cicloturismo, minigolf, tiro com arco, zarabatanas, escalada, rappel, slide, ténis, futebol 5 entre outras, podem ser realizadas durante este Verão na BSL!

A Grau5 dispõe também de programas completos com várias actividades e prepara programas à sua medida. Contacte-nos em www.grau5.pt.

BARRAGEM de Sta LUZIA em ACÇÃO por apenas 9,50€ dia!!

Durante o período de 15 de Julho a 30 de Agosto de 2009 a Grau5 dispões de um plano de actividades de desporto aventura!

Por apenas 9,50€/dia pode realizar até 4 actividades: Canoagem, Minigolf, Btt e Polidesportivo!

Durante um dia pode usufruir dos equipamentos destinados a estas actividades da maneira que quiser e o tempo que quiser, sem mais nenhuma preocupação. Desta forma o dia vai-lhe parecer enooorme!!!!

Informe-se em www.grau5.pt ou junto dos monitores da Grau5 na BSL!



Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir? Ready to feel? Pronto para sentir?

ACTIVIDADES AGENDADAS:

- 31 Julho** PAINTBALL NOCTURNO (Malhada Velha)
- 6 Agosto** CANOAGEM NOCTURNA (Barragem Sta Luzia)
- 8 Agosto** II CAMPEONATO PAINTBALL DO PINHAL (Oleiros)
- 15 Agosto** CAMPEONATO PAINTBALL (Unhais-o-Velho)
- 20 Agosto** CAMPEONATO PAINTBALL (Lobatos)
- 28-30 Ago.** ANIMAÇÃO com INSUFLÁVEIS (Donas)

Ready to feel?
Pronto para sentir?

E MUITAS MAIS ACTIVIDADES!!! CONTACTE-NOS

[E] contacto@grau5.pt > [M] 934.743.519

www.grau5.pt