



IPG Politécnico
| da Guarda
Escola Superior
de Educação,
Comunicação e Desporto

RELATÓRIO DE ESTÁGIO

Curso de Especialização Tecnológica
em Desportos de Natureza

Alex Gomes Rodrigues Fernandes

setembro | 2014





Guarda, 2014

Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Instituto Politécnico da Guarda

**RELATÓRIO PARA A OBTENÇÃO DO DIPLOMA DE
ESPECIALIZAÇÃO TECNOLÓGICA EM DESPORTOS
DE NATUREZA**

Alex Gomes Rodrigues Fernandes
SETEMBRO | 2014



Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Instituto Politécnico da Guarda



Estágio realizado em Luso Aventura de Albufeira

Alex Gomes Rodrigues Fernandes: 5008036

Ficha de Identificação

Nome do formando: Alex Gomes Rodrigues Fernandes

Nº de aluno: 5008036

E-mail: alex_02_gomes@hotmail.com

Docente Orientador: Professora Natalina Casanova

Estabelecimento de ensino: Instituto Politécnico da Guarda – Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

Suporte Institucional/ Instituição recetora: Luso Aventura Lda, Parque Aventura de Albufeira

Endereço: Luso Aventura Lda

Estrada Nacional Nº111, 105 – Maiorca

3080 – 496 Maiorca – Figueira da Foz

Contactos: Telefone: Figueira da Foz: (+351) 915536555

Albufeira: (+351) 913185782

E-mail: info@lusoaventura.com

Morada p/ correspondência: Apartado 81, EC, Bairro da Estação, 3080-999
Figueira da Foz

Ramo da Atividade: Arborismo e Paintball

Responsável da Instituição: Lionel Santos Pereira

Grau Académico do supervisor: Licenciado

Local: Parque Aventura de Albufeira

Destinatários: Arborismo (crianças a partir dos 4 anos e 1 metro de altura, jovens e adultos) e o Paintball (a partir dos 12 anos)

Duração do Estágio: Do dia 2 de Julho de 2014 até ao dia 31 de Agosto de 2014, num total de 400 horas.

Agradecimentos

Os meus agradecimentos vão sobretudo para a empresa Luso Aventura pela disponibilidade dada para poder realizar o estágio.

O meu agradecimento especial ao Instituto Politécnico da Guarda (IPG) pela sua colaboração no processo de contactar com a empresa.

Um muito obrigado especial aos meus colegas da empresa Luso Aventura por estarem sempre disponíveis a ajudar e a ensinar-me cada vez mais.

Agradeço também à minha orientadora de estágio Natalina Casanova, que contribuiu diretamente e indiretamente na minha formação académica e pessoal.

E por último, e não menos importante, à minha família e amigos que sempre me ajudaram a focar nos meus objetivos.

Índice

Ficha de Identificação.....	III
Agradecimentos.....	IV
Índice de Figuras.....	VI
Resumo.....	VII
Introdução.....	1
Capítulo I – Região de Albufeira.....	3
1.1. Localização Geográfica.....	4
1.2. O município de Albufeira.....	6
1.3. Locais a visitar em Albufeira.....	6
2. O Parque Aventura.....	7
Capítulo II – Estágio.....	10
1. Objetivos do Estágio.....	11
2. Metodologia.....	12
3. Atividades desenvolvidas.....	13
3.1. Arborismo.....	14
3.1.1. Salvamentos.....	15
3.2. Paintball.....	16
4.2.1. Preparação do Material.....	17
3.2.1. Realização do Paintball.....	17
3.2.2. Tipos de jogo do Paintball.....	18
3.3. Atendimento.....	18
3.4. Equipar os clientes.....	19
Reflexão Final.....	20
Referências Bibliográficas.....	22
Anexos.....	23

Índice de Figuras

Figura 1 - Região Algarvia - Albufeira	4
Figura 2 - Evolução dos habitantes em Albufeira	5
Figura 3 – Concelho de Albufeira	5
Figura 4 - Símbolo do Município de Albufeira	6
Figura 5 - Logotipo do Empresa	7
Figura 6 - Zona de Paintball	8
Figura 7 - Zonas de Repouso	8
Figura 8 - Wc Ecológico	8
Figura 9 - Área de Equipamento	8
Figura 10 - Receção	8
Figura 12 – Roldana	14
Figura 13 – Mosquetão	14
Figura 14 – Arnês	14
Figura 15- Corda de Salvamento	15
Figura 16 - Capacete	16
Figura 17 - Botijas de CO2	16
Figura 18 - Bolas de Tinta	16
Figura 19 - Pistola	16
Figura 22 - Fato completo	16
Figura 20 - Luvas	16
Figura 21 - Tubos de 100 e 150 bolas	16
Figura 23 - Colete	16
Figura 24 – Jogadores	17
Figura 25 - Uma parte do campo de jogo	18
Figura 26 – Bilhetes	18

Resumo

Este trabalho teve por base dois meses de estágio curricular na empresa Luso Aventura Lda de Albufeira, no período entre 2 de Julho a 31 de Agosto de 2012.

Este estágio teve como objetivo pôr em prática a formação dada anteriormente nas várias unidades curriculares ao longo do curso desportos de natureza.

O referente estágio foca especificamente, as atividades de arborismo e *paintball*, em que será descrito detalhadamente o trabalho destas duas atividades e também o funcionamento do parque (preparação do material, manutenção do material e do parque, receber os clientes, limpeza do parque, etc). Vou referir também as minhas funções no parque como a monitorização e intervenção no arborismo e no *paintball*, tal como tarefas propostas pelo meu supervisor.

Palavras-chaves: estágio, arborismo, *paintball*.

Introdução

O presente relatório foi realizado no âmbito da Unidade Curricular Estágio, do Curso de Especialização Tecnológica Desportos de Natureza da Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto da Guarda.

Este estágio foi realizado e partilhado com o meu colega de turma Tiago João Francisco. Após um breve trabalho de pesquisa, de forma a poder decidir o local de estágio, em que tínhamos varias opções como a Luso Aventura, Lda de Figueira da Foz, decidimos então optar por estagiar na empresa Luso Aventura, Lda de Albufeira com algumas condições que impusemos à instituição que escolhemos, tal como alojamento pago e possível subsídio de alimentação.

As razões que me levaram a escolher este local de estágio foi devido ao facto de estar relacionado com o curso e pelas atividades existentes, a paixão pela natureza, o facto de poder conhecer melhor uma cidade de que gosto tanto como as varias culturas que nela há e a razão principal era mesmo o facto de poder praticar varias línguas visto que Albufeira é uma zona turística e de certo modo é frequentada por muitos turistas de diversos países. Na empresa em questão, realizámos um estágio com a duração de 2 meses, mais propriamente entre os dias 2 de julho e 31 de Agosto deste mesmo ano letivo.

Na primeira semana de estágio, foi nos concedido um período de adaptação na qual acompanhava os monitores e visualizava o funcionamento da instituição.

Após o período de adaptação começamos por conseguir sermos mais autónomos e realizar o trabalho como qualquer outro funcionário tendo algumas limitações que foram vencidas ao longo do tempo.

A que diz respeito à estrutura do relatório, este apresenta-se organizado da seguinte forma: numa primeira parte descrevo a caracterização resumidamente de Albufeira, a caraterização da organização tanto como os objetivos do trabalho.

Numa segunda parte descrevo as atividades praticadas ao longo do estágio.

Por fim, numa terceira e última parte, apresento as considerações finais, as quais diz respeito à reflexão final.

Capítulo I – Região de Albufeira

Este capítulo expõe um conjunto de informações acerca da região da Albufeira, região onde estagiei. Aborda temas cruciais, como a sua localização geográfica e o município em si que tem procura durante todo o ano principalmente no verão.

Expõe também uma abordagem sobre os vários tipos de empresas de Albufeira incluindo o meu local de estágio, Parque Aventura de Albufeira.

1.1. Localização Geográfica

Albufeira integra-se na vasta região do Algarve, especificamente na sub-região do mesmo. É considerada a região turística mais relevante de Portugal e igualmente da Europa.

O clima mediterrâneo é caracterizado como ameno e curto no inverno e longo, quente e seco no verão.

Todo o Algarve atrai turistas nacionais e estrangeiros, todos os anos, fazendo desta região, a mais visitada e uma das mais desenvolvidas do país.



Figura 1 - Região Algarvia - Albufeira

Fonte: <https://www.google.pt/search?q=regiao+algarve+albufeira&client=firefox>

Albufeira tem uma área de 140.66km² e uma população de 40828 (2011). A evolução do número de habitantes tem vindo a aumentar desde o ano 1970 de 13.177 pessoas para 40.828.

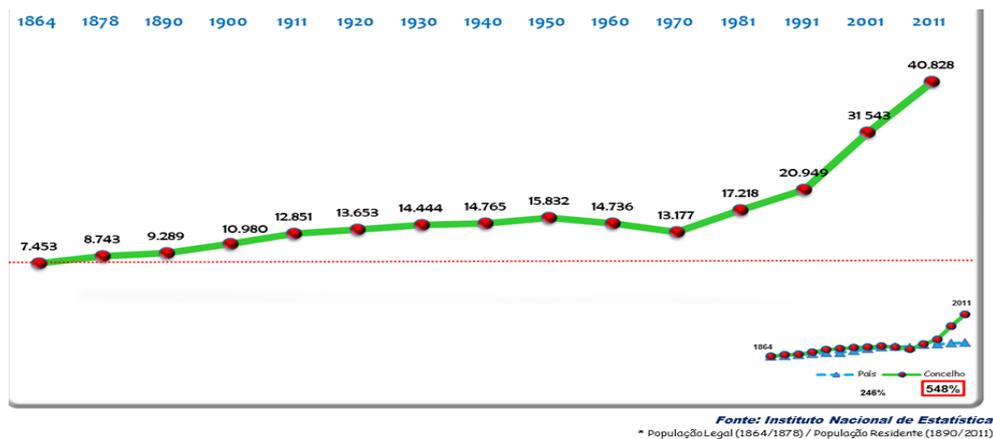


Figura 2 - Evolução dos habitantes em Albufeira

Fonte: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Albufeira>

Albufeira é sede de município e é subdividido em 4 freguesias: Olhos de Água, Ferreiras, Guia e Paderne.

O município é limitado a noroeste pelo município de Silves, a nordeste por Loulé e a sul pela costa do Oceano Atlântico.



Figura 3 – Concelho de Albufeira

Fonte: <https://www.google.pt/search?q=concelhos>

Este município tem cerca de 30km de costa banhada pelo Oceano Atlântico na zona litoral, constituídos por 25 praias. As praias de Albufeira são conhecidas por banhistas de todo o mundo pelas suas areias finas e águas tépidas e cristalinas, sendo consideradas praias magníficas com variadas morfologias. Contém falésias grandiosas, dunas e lagoas e arribas de diferentes dimensões. (Fonte: <http://albufeira.pt/artigos/praias>)

1.2.O município de Albufeira

A história de Albufeira desconhece-se, mas crê-se que já era povoada em tempos pré-históricos e que possuiu uma importante povoação e um porto marítimo.

A povoação primitiva foi ocupada pelo Império Romano, Albufeira era designada como “*Baltum*”. O nome deste município provém do árabe “*al-Buḥayra*” que significa “a lagoa”, onde desenvolveram grande atividade comercial e agrícola.

Construíram aquedutos, pontes e estradas que ainda hoje existem.
(Fonte:<http://pt.wikipedia.org/wiki/Albufeira><http://pt.wikipedia.org/wiki/Albufeira>)



Figura 4 - Símbolo do Município de Albufeira

Fonte:<http://pt.wikipedia.org/w>

1.3.Locais a visitar em Albufeira

- **Igreja Matriz** situada na Rua da Igreja Nova.
- **Torre do Relógio** localizada na Rua Bernardino Sousa.
- **Torre Sineira** integrada na Igreja Matriz.
- **Capela da Misericórdia** situada na Rua Henrique Calado.
- **Edifício da Antiga Albergaria** localizada na mesma rua está este edifício que resistiu ao terramoto de 1755.
- **Igreja de S. Sebastião** na Praça Miguel Bombarda.
- **Muralha do Castelo** encontra-se um pequeno vestígio localizado na Rua Joaquim Pedro Samora.
- **Bateria de Albufeira**
- **Arco na Travessa da Igreja Velha**
- **Igreja de Sant’ana** no Largo Jacinto D’Ayet.
- **Porta de Sant’ana**
- **Ermida de N.ª Sr.ª da Orada** próximo da Marina de Albufeira.
- **S. Vicente de Albufeira** no Largo Jacinto d’Ayet.

- **Museu Municipal de Arqueologia** situa-se no Centro Antigo de Albufeira, no edifício da antiga Camara Municipal.
- **Monumento a Samora Barros** fica no Largo Engº Duarte Pacheco.
- **Galeria de Arte Pintor Samora Barros** encontra-se também no Largo Engº Duarte Pacheco. (Fonte:http://www.portugalvirtual.pt/_tourism/algarve/albufeira/ptindex.html)

2. O Parque Aventura

A Luso Aventura, Lda é uma empresa de animação turística criada em Abril de 2008, resultado da iniciativa de dois empresários especializados, com uma longa experiência na conceção, construção e exploração de trilhos acrobáticos florestais. Esta dispõe de dois Parques Aventura, localizados no centro e sul do país, na Figueira da Foz e Albufeira, respetivamente, que se destinam a famílias, grupos de amigos, escolas, campos de férias, empresas e outros grupos que desejem descobrir



Figura 5 - Logotipo do Empresa

Fonte: Própria

uma atividade inovadora e amiga do ambiente. O primeiro Parque Aventura, o da Figueira da Foz, localiza-se na Serra da Boa Viagem e oferece um conceito de atividades de lazer – o Arborismo – em perfeita comunhão com a natureza. O segundo Parque Aventura localiza-se em Santa Eulália, Albufeira e iniciou a sua atividade a 1 de Agosto de 2010, dois anos depois da abertura do primeiro. Este último, além do Arborismo, oferece uma outra atividade, mais concretamente, o Paintball, podendo desfruir de um jogo com diversos obstáculos naturais e artificiais.

O parque tem uma área total de 35.000m², sendo a área do arborismo e do paintball de 5.000m² cada uma.

O arborismo oferece quatro percursos, sendo um amarelo com dez jogos e de nível fácil, um violeta com onze jogos e de nível médio, um azul com nove jogos e de nível médio e um vermelho com dez jogos e de nível avançado. A equipa que constitui o parque

aventura de Albufeira é de quatro monitores a 7 monitores e um dos sócios-gerentes dependendo da necessidade do pessoal para o respetivo dia.

O atendimento é feito pelos monitores, sócio-gerente e pelos estagiários.

Inicialmente, é feita uma apresentação do parque, como funciona, as atividades e o preço das atividades. Em seguida, feita a escolha, é efetuado o pagamento, é dado o respetivo bilhete aos clientes de forma a comprovar o/s percurso/s a realizar.

Os clientes são, devidamente, equipados com o material de segurança na área de equipamento e guiados por um monitor até ao percurso de formação onde são dadas a conhecer as regras a cumprir. Em seguida, repetem os procedimentos observados e depois são levados para o/s percurso/s escolhido/s tendo uma ordem sequencial do percurso um até ao quatro percurso.

As línguas faladas no parque são o Inglês, Francês, Espanhol e Português.

O Parque Luso Aventura está sinalizado com placas, tendo cada percurso uma cor associada, a zona de Paintball, a receção, a entrada e saída do parque, assim como locais de repouso/piquenique e um wc ecológico.

O parque está aberto todos os dias a partir das 10 horas até às 18h horas, isto nos meses de agosto e setembro. A partir de outubro até maio o parque só abre com a marcação de grupos. Nos meses junho e julho o parque está aberto das 14 horas até às 18h horas.

O Parque Luso Aventura é limitado por cordas brancas e sinalizada por uma placa informativa a avisar para que as pessoas



Figura 7 - Zonas de Repouso

Fonte: Própria

não passem para o outro lado e com placas a identificar as atividades dinamizadas no parque pelos diferentes percursos, sendo que cada um tem uma cor diferente (anexo 5). Existe, também, uma receção (figura 6) onde é dada uma breve explicação sobre o parque e o preçário e ainda os clientes podem guardar qualquer bem que queiram tanto



Figura 10 - Receção



Figura 6 - Zona de Paintball

Fonte: Própria

como comprar águas, assim como a zona de equipamento e onde se guardam os equipamentos e onde os participantes se equipam (figura 7), o local da prática de paintball (figura 10), zonas de repouso com mesas e bancos (figura 6), um wc ecológico (figura 8) e ainda placas a indicar a entrada e a saída.

Este parque encontra-se dentro das normais legais possuindo seguros de responsabilidade civil e o seguro de acidentes pessoais (anexo 6) como também um plano de emergência e evacuação (anexo 7).

Todos os equipamentos são verificados a pormenor antes da abertura do parque ao público tanto como o controlo dos quatro percursos de arborismo pelos monitores do parque e são registados no caderno de Registo de Funcionamento do Parque tanto como a nossa entrada e saída deste. (anexo 8). (Fonte: Própria)

Capítulo II – Estágio

No dia 2 de Julho, apresentei-me no Parque Aventura em Albufeira para dar início ao meu estágio curricular. Previamente, foi-me apresentado o meu supervisor do Parque, Lionel Pereira Santos que me integrou nos assuntos e me apresentou ao grupo de trabalhadores e o parque completo, tais como os seus trajetos.

Este capítulo terá a descrição dos objetivos do estágio, a sua metodologia, os materiais com o qual trabalhei no local de estágio tal como a minha função nas respetivas atividades.

1. Objetivos do Estágio

Para a realização da Formação em Contexto de Trabalho, foram estabelecidos alguns objetivos descritos no plano de estágio pelo supervisor do local de estágio. Foram então estabelecido objetivos gerais e específicos sendo eles:

Objetivos gerais:

- Desenvolver um projeto para a introdução de novas atividades de desporto de natureza dentro do Parque Aventura para Albufeira;
- Aplicar os conhecimentos teórico-práticos apreendidos ao longo do curso, bem como adquirir novos conhecimentos;
- Realizar um estágio com uma componente extremamente prática cumprindo as normas de concretização deste, vencendo as dificuldades encontradas.

Objetivos específicos:

- Conhecer a organização e enquadramento do Parque Aventura de Albufeira e as suas atividades: Arborismo e Paintball;

- Identificar-me com as funções de monitor do Parque Aventura, receção aos clientes, equipá-los devidamente, preparar o material de *paintball* e fazendo o respetivo acompanhamento nas atividades;
- Auxiliar os participantes no decorrer das atividades;
- Aprender técnicas de salvamento, e pratica-las se necessário nos clientes;
- Adquirir técnicas de Marketing e publicidade do Parque Aventura no festival Algarve Anima 2014.

2. Metodologia

Antes de tudo foi-nos feito a apresentação do sócio-gerente que neste caso era o nosso supervisor e do resto da equipa que trabalha na empresa, seguindo depois para uma apresentação do parque e das atividades realizadas neste, como os percursos de arborismo, a aprendizagem de como equipar os clientes, das formações, da intervenção nos casos de segurança para ajudar os clientes, a realização do *paintball*, tanto a sua preparação do material como a realização do jogo e a receção dos clientes no parque.

Optaram assim por nos deixar à vontade num período de visualização e adaptação no parque, passando este período começamos pela integração na equipa como qualquer elemento do parque, ajudando e intervindo no que fosse necessário.

O nosso supervisor também definiu então o nosso horário de trabalho, semanalmente e pelos cálculos das horas, definiu o nosso começo do estágio e o fim do mesmo. Tendo este início dia 2 de Julho e conclusão dia 31 de Agosto.

3. Atividades desenvolvidas

As atividades desenvolvidas foi numa primeira fase acompanhar as atividades e dar auxílio aos monitores da empresa para uma melhor adaptação no parque. Nesta fase o nosso trabalho passou por ajudar os nossos colegas a equipar os clientes, a fazer a vigilância nos percursos e corrigi-los caso necessário. Houve a possibilidade também de observarmos as formações dadas aos clientes tal como os salvamentos constantes no Arborismo. Contudo, conseguimos aprender a dar as formações sozinhos tal como os salvamentos com o material adequado para socorrer o cliente.

Numa segunda fase, depois de estarmos mais confortáveis e confiantes com o trabalho, começamos por desenvolver as mesmas atividades que os monitores.

Nesta segunda fase já desenvolvíamos as atividades sozinhos. O atendimento aos clientes, o fornecimento de informações sobre o parque, a venda de bilhetes, o equipar e a respetiva formação, assim como acompanha-los ao longo dos percursos e na necessária realização de salvamentos.

As atividades que realizávamos todos os dias, desde o início do estágio, eram a preparação do material de arborismo e de seguida a verificação de todos os percursos e do respetivo material antes do cliente usufruir deste.

3.1.Arborismo

O termo arborismo (vem de espécies arbóreas) foi criado na Costa Rica por biólogos e britânicos para se aproximarem das árvores de grande porte para pesquisas científicas. O desporto consiste em caminhar sob a copa das árvores por meio de escadas de cordas, slides, pontes e *rappels* (Vilas Boas, S. 2007).

Quando chegava ao parque uma das atividades desenvolvidas nesta atividade era a verificação dos arneses abrindo as fitas todas e colocando estes na área dos equipamentos para numa próxima utilização estejam preparados. Para realizar esta atividade não era necessária uma marcação prévia.

O material utilizado nesta atividade é o seguinte: arneses (figura 6) que faziam parte do equipamento de segurança do cliente, os mosquetões (figura 7) igualmente de segurança que serviam para manter o cliente preso á chamada linha de vida sem deixar que este caísse e por fim as roldanas (figura 8) que não eram para proteção, pois a sua única função era fazer com que o *slide* fosse possível proporcionando um momento diferente de descontração e diversão ao cliente.



Figura 13 – Arnês

Fonte: Própria



Figura 12 – Mosquetão

Fonte: Própria



Figura 11 – Roldana

Fonte: Própria

O Parque tem como norma obrigatória realizar uma formação para intitular as regras de segurança do arborismo.

Como nos encontramos numa zona turística tínhamos que nos sujeitar a dar formação em varias línguas, tais como o português, o inglês (anexo3) e um bocado de espanhol, e tínhamos colegas nossos que davam em francês caso necessário.

3.1.1. Salvamentos

No parque são realizados dois tipos de salvamentos, o salvamento complexo a partir duma plataforma em que se utiliza o descensor e o salvamento simples em que se utiliza a roldana e a força braçal.

Para a realização do salvamento complexo, normalmente era necessário quando um cliente queria desistir do percurso e assim ter-se-ia que coloca-lo no chão. É então necessário desenrolar a corda, fixar o descensor no cabo ou na linha de vida e prender o mosquetão da corda no cliente, calmamente pedia-se ao cliente para se sentar na plataforma para se poder sentir seguro, daí o cliente descia para o chão. No solo encontrava-se sempre um monitor a ajudar o cliente para depois tirar o mosquetão da corda.



Figura 14- Corda de Salvamento

Fonte: Própria

Os materiais usados para o salvamento complexo era: um mosquetão, o descensor e a corda.

A intervenção do salvamento simples era para casos de o cliente ficar preso no meio do slide por exemplo. Para a realização do salvamento simples ou com roldana, era necessário passar o mosquetão por dentro da roldana para encurtar a corda para se poder tornar mais fácil a colocação das mãos no cabo. Posto isto, prendíamos a roldana na linha de vida e o mosquetão à frente da roldana. Colocado todo o material, calmamente íamos ao encontro do cliente, com o outro mosquetão prendia-se ao cliente. Posto isto, com a força braçal transportava-se o cliente até à plataforma de modo a prosseguir o percurso.

Os materiais usados para o salvamento era apenas o material pessoal, como a roldana e os mosquetões.

O salvamento simples era o que mais constantemente fazia, sobretudo nos slides como já tinha referido. Já o salvamento complexo também se fazia mas não com tanta frequência e este era mais frequente no percurso vermelho (último) devido à sua

dificuldade os clientes quererem desistir apesar do nosso incentivo para continuar ou a nossa ajuda.

3.2.Paintball

O *Paintball* é uma atividade desportiva de estratégia e lazer em que as equipas participantes tentam atingir umas nas outras com bolas de tinta, disparadas por uma pistola designada normalmente de marcador.

Para efetuar esta atividade era necessária uma marcação prévia, pelo menos um dia de antecedência. Também era necessário serem no mínimo dois jogadores.

Para a realização desta atividade é preciso ter em consideração algumas normas de segurança fundamentais, indispensáveis para o seu bom funcionamento que serão explícitas antes de cada jogo para uma melhor interiorização.

Assim, o participante é obrigado a estar sempre com o capacete posto desde do momento que entre na área de jogo, sem nunca o tirar, não disparar fora da área de jogo, não se deve disparar a menos de 7 metros de distância do adversário e para concluir sempre que um jogador é atingido deve levantar um braço e colocar a pistola com a boca virada para baixo e tranca-la.

Na realização desta, são necessários vários materiais de proteção como o capacete, luvas e o colete. É necessário também o material para a jogabilidade deste como as bolas de tintas, as pistolas e os tubos de 100 e 150 bolas e ainda uma extra segurança que se põe na boca da pistola para evitar disparar quando se encontra do lado exterior do campo.



Figura 17 - Bolas de Tinta

Fonte: Própria



Figura 18 - Pistola

Fonte: Própria



Figura 16 - Botijas de CO2

Fonte: Própria



Figura 15 - Capacete

Fonte: Própria



Figura 22 - Colete

Fonte: Própria



Figura 19 - Fato completo

Fonte: Própria



Figura 20 - Luvas

Fonte: Própria



Figura 21 - Tubos de 100 e 150 bolas

Fonte: Própria

4.2.1. Preparação do Material

Na área de preparação do material distribuía-se o material numa bancada, onde se colocava à disposição do participante o material necessário como o fato de macaco, o colete de proteção e por fim as luvas, de modo a facilitar a organização deste. Neste período montava-se as pistolas com a respetiva botija de ar, o armazenamento das bolas e fazia-se o devido carregamento das bolas. Assim feito, distribuía-se as pistolas pelos participantes de modo que iniciem o jogo. No que toca à minha interação neste ponto, era realizada ocasionalmente, caso necessário, se por exemplo um dos responsáveis pelo *paintball* necessitasse de ajuda na preparação do material, e aí sim, ajudava no que fosse preciso para que depois pudesse dar início à atividade.

3.2.1. Realização do Paintball

Antes de iniciar-se o jogo de *paintball*, eram formadas duas equipas, em que podiam ser formadas pelos monitores caso não viessem formadas por equipas e sim por elementos únicos, ou ficasse ao critério do cliente. Com estas formadas, passavam para o processo de equipação, onde se encontrava o equipamento ao dispor do participante. Concluído este processo, antes de iniciarem a atividade propriamente dita, era explicado as regras do jogo como as de segurança. Posto isto, podia-se iniciar a atividade, em que havia sempre um responsável para a arbitragem deste. Pessoalmente nunca fiz a arbitragem do *paintball*, devido a estar mais destacado apenas para a preparação do material, como já referi anteriormente. O *paintball* não foi a minha principal função no parque, sendo a maioria do trabalho feita na área do arborismo. Isto devido ao parque ter pessoal destacado para a área do *paintball*. Mas apesar disso, consegui aprender tudo o necessário para realizar esta atividade com sucesso totalmente independente.



Figura 23 – Jogadores

Fonte: Própria

3.2.2. Tipos de jogo do Paintball

Os jogos praticados no parque era a colocação da bandeira no centro do campo e o objetivo era alcançar a bandeira sem ser atingido.

Um outro similar era a bandeira ser colocada uma em cada base da equipa em que tinha como objetivo de chegar à base do adversário sem ser atingido.

Também se realizava o “Jogo do Capitão”, consistia em colocar um capacete diferente em cada capitão de equipa e tinha como objetivo de cada capitão chegar à base adversaria ou então apenas atingir o capitão da equipa adversária.

Eventualmente se sobraem bolas, os participantes poderiam realizar um jogo de todos contra todos até que as bolas se esgotassem.



Figura 24 - Uma parte do campo de jogo

Fonte: Própria

3.3. Atendimento

Na receção como é normal, fazia-se o atendimento dos clientes. Primeiro que tudo perguntava-se se já tinham conhecimento anteriormente do parque e das suas atividades. Caso as pessoas conhecessem o parque diziam os percursos que queriam realizar ou se pretendiam reservar o *paintball* e teríamos que passar os bilhetes e de seguida receber o dinheiro por parte dos clientes. Se as pessoas fossem a primeira vez informava-se das atividades que ali se realizava, como os quatro percursos de arborismo em que se constituía por um percurso fácil, dois médios e um avançado. Da nossa parte fazíamos uma avaliação muito rápida das pessoas para poder saber se estão aptas para realizar todos



Figura 25 – Bilhetes

Fonte: Própria

uma avaliação muito rápida das pessoas para poder saber se estão aptas para realizar todos

os percursos, tendo especial cuidado com as faixas etárias mais novas. Para realizar o primeiro percurso pagava-se dez euros, os dois primeiros percursos era treze euros e para todos tinha o custo de dezasseis euros. O *paintball* como já foi referido anteriormente era necessário a sua reserva para poder se praticar, aos clientes informávamos esse ponto, tal como o seu preço de 18 euros por pessoa. Neste preço inclui-se todo o material necessário para a sua realização e ainda cento e cinquenta bolas. Pessoalmente, fiz a receção inúmeras vezes, principalmente nas últimas três semanas de estágio onde sentia-me confortável com as línguas que ali se falava. Apesar de me sentir confortável e conseguir fazer as coisas totalmente independente, o supervisor preferia que estivesse sempre por perto alguém mais experiente para poder também transmitir mais confiança tanto a nós estagiários como aos próprios clientes.

3.4. Equipar os clientes

No procedimento de equipar os clientes, era verificado se o arnês estava com as fitas todas abertas para assim mais facilmente equipar. Este era colocado no chão e de seguida o cliente metia um pé em cada argola do arnês. Posteriormente puxava o arnês para cima com alguma ajuda dos clientes caso necessário. Para concluir, apertava todas as fitas de maneira a ficar seguro para a prática da atividade. Era uma das muitas tarefas que nos cabia, tanto a nós como o resto dos monitores, devido a fazermos trocas de postos para não entrar num processo rotineiro.

Reflexão Final

Ao começar este estágio já ia mentalizado para qualquer tipo de dificuldades que pudesse encontrar sendo uma delas a distância que poderia me por menos à vontade.

Concluído o estágio, este foi uma mais-valia para mim, durante as 400 horas aprendi imenso, tanto a nível pessoal como a nível profissional.

Consegui concretizar os objetivos de uma forma positiva descritos pelo meu supervisor quer a um nível geral que passava por introduzir novas atividades no parque tais como o *peddy paper* e o *slack line*, e também passava por aplicar os conhecimentos adquiridos no curso de uma forma prática. Os objetivos específicos foram realizados também com uma boa taxa de sucesso, em que nos familiarizamos bastante com a organização e o enquadramento no respetivo parque tal como as funções que ali se praticava. Consegui ainda familiarizar com as técnicas de marketing e publicidade em que tive enorme prazer de interagir com as pessoas de uma forma mais pessoal e direta. Os objetivos não ficam por aqui, também a nível pessoal fiquei bastante satisfeito com a concretização deles, tais como a aprendizagem de várias línguas, principalmente a língua inglesa, envolver me num novo meio e ganhar mais autonomia. O estágio foi bastante enriquecedor para a minha formação pessoal e profissional, tive a oportunidade de interagir com varias faixas etárias e diferentes nacionalidades. Tive o prazer de trabalhar com excelentes colegas em que apoiavam e ajudavam no que fosse preciso para uma melhor integração na equipa e ultrapassar qualquer obstáculo que encontrasse.

Este estágio foi realizado também com o meu colega de turma Tiago Francisco, em que desenvolvemos basicamente as mesmas atividades.

Com a aprendizagem de algumas unidades curriculares ao longo do ano letivo como Escalada e Manobras com Cordas foi-nos simplificado a nossa formação dentro do parque. A unidade curricular Segurança na Atividade da Natureza não foi menos importante para qualquer intervenção caso houvesse um acidente.

Neste estágio penso que tive um bom desempenho, encontrando algumas dificuldades, como fadiga das pernas pelo facto de estarmos sempre de pé, mas com o hábito foi ultrapassado.

Não encontrei muitas dificuldades com o inglês, pelo facto de ter nascido num país de língua inglesa, já possuía boas bases desta língua.

Concluindo, este estágio foi bastante recompensador para mim, adorei a experiência de ter trabalhado como estagiário no Parque Aventura em Albufeira, foi uma ótima experiência que tive, tanto a nível pessoal como profissional. Todos os dias consegui aprender alguma coisa, seja com os monitores do parque, seja com os clientes, tendo algum espaço livre tentava conversar com os clientes sobre diversos temas. Os objetivos foram alcançados de uma forma geral, a minha capacidade de comunicação com diferentes faixas etárias melhorou imenso, a minha evolução nas línguas, tal como o trabalho em equipa como a sua organização. Tornei-me mais independente e responsável, visto que estava sozinho com o meu colega de estágio e tínhamos que fazer tudo.

Na minha opinião foi um excelente estágio realizado com bastante sucesso.

Referências Bibliográficas

ALBUFEIRA. Wikipédia, a enciclopédia livre [Em linha]. [consult.3 ago.2014]
Disponível em: < <http://pt.wikipedia.org/wiki/Albufeira>>.

ALGARVE. Wikipédia, a enciclopédia livre [Em linha]. [consult.3 ago.2014] Disponível
em: < <http://pt.wikipedia.org/wiki/Algarve>>.

MONUMENTOS Albufeira. Albufeira...com charme. [Em linha] [consult.5 ago.2014]
Disponível em: < http://albufeira.pt/artigos/albufeira_2>.

PARQUE Aventura. Luso Aventura. [Em linha] [consult.6 ago.2014] Disponível em: <
<http://www.lusoaventura.com/>>.

PRAIAS. Albufeira...com charme. [Em linha]. [consult.4 ago.2014] Disponível em: <
<http://albufeira.pt/artigos/praias>>.

TURISMO Albufeira. Virtual Portugal. [Em linha]. [consult.4 ago.2014] Disponível em:
< [http://www.portugalvirtual.pt/ tourism/algarve/albufeira/ptindex.html](http://www.portugalvirtual.pt/tourism/algarve/albufeira/ptindex.html)>.

Anexos

Anexo 1 - Convecção de Estágio

	CONVENÇÃO DE ESTÁGIO Cursos de Especialização Tecnológica (CET) Licenciaturas Mestrados	MODELO (GESP 403.02 02)
	<p>O presente documento tem como finalidade regular as relações entre o Instituto Politécnico da Guarda (IPG), sito em Avenida Francisco Sá Carneiro, n.º 80 - 6300-509 GUARDA, e Entidades parcerias no que se refere à realização de estágios por parte de estudantes de Cursos de Especialização Tecnológica (CET), Licenciaturas e Mestrados.</p> <p>Fica o efeito, a Convenção de Estágio deverá ser preenchida e assinada, em duplicado, pelo Estudante e Entidade de acolhimento.</p> <p>Ambos os exemplares deverão ser remetidos para o Gabinete de Estágios e Gestão Profissional (GESP) do IPG que, após assinatura e validação por parte da Direção da Escola, procede à devolução de um dos exemplares originais para a Entidade.</p>	
<p>Escola: <input checked="" type="checkbox"/> ESECO <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTD <input type="checkbox"/> ESTH</p> <p>Tipologia de Estágio: <input checked="" type="checkbox"/> Curricular <input type="checkbox"/> Extra-curricular <input type="checkbox"/> Outro: _____</p> <p>No âmbito de protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim, Qual? _____ (preencher o ANEXO correspondente)</p>		
<p>1. INTERVENIENTES</p> <p>ESTUDANTE: Nome: <u>Alex Carlos Rodrigues Senechal</u> <input checked="" type="checkbox"/> Curso de Especialização Tecnológica (CET) <input type="checkbox"/> Licenciatura <input type="checkbox"/> Mestrado N.º de estudante: <u>15008836</u> Curso: <u>Desporto da Natureza</u> Tel: <u>916192369102</u> e-mail: <u>alex_02_gover@ipg.guarda.com</u></p> <p>IPG, sede orientadora de: Docente orientador: <u>Margarida Casanova</u> N.º de IPG: _____ Escola: <input checked="" type="checkbox"/> ESECO <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTD <input type="checkbox"/> ESTH <input type="checkbox"/> Extensão ao IPG: _____ Docente coordenador (quando aplicável): _____ N.º de IPG: _____ Escola: <input type="checkbox"/> ESECO <input type="checkbox"/> ESS <input type="checkbox"/> ESTD <input type="checkbox"/> ESTH <input type="checkbox"/> Extensão ao IPG: _____</p> <p>ENTIDADE: Denominação: <u>Lusa Aventuras Limitada - Parque Aventuras de Alcaniz</u> NIF: <u>508555799</u> e-mail: <u>lusa@lusaaventuras.com</u> Morada: <u>Estada N.º 114, n.º 105 - Moura</u> Código postal: <u>7080-1496</u> Localidade: <u>Reguengo da Foz - Moura</u> Telefone: _____ Telex: <u>913485782</u> Superiores: <u>Lionel Santos Pereira</u> Habilitações académicas: <u>Licenciatura</u> Cargo/funcão: <u>Coordenador do curso de Desporto</u> Tel. direto: <u>91431485782</u> e-mail: <u>lione@lusaaventuras.com</u></p>		
<p>2. PERÍODO Estágio a realizar entre: <u>02/10/2014</u> a <u>01/11/2014</u> Duração: <u>1400 horas</u></p>		

	CONVENÇÃO DE ESTÁGIO Cursos de Especialização Tecnológica (CET) Licenciaturas Mestrados	MODELO (GESP 403.02 02)
	<p>2. CLÁUSULAS GERAIS</p> <p>O estágio decorre segundo um plano previamente elaborado entre a Entidade e o Estagiário e que será posteriormente analisado pelo Orientador e, quando aplicável, pelo Coordenador do IPG.</p> <p>Qualquer pedido de reconhecimento que seja solicitado pela Entidade deverá ser colocado diretamente ao Gabinete de Estágios e Gestão Profissional (GESP).</p> <p>O Estagiário mantém a qualidade de estudante do IPG durante o período de permanência na Entidade. As condições de acompanhamento deverão ser definidas conjuntamente pelo representante da Entidade e pelo Docente Orientador e Coordenador quando aplicável.</p> <p>Durante o período de estágio, o Estagiário fica sujeito à disciplina e regime da Entidade, nomeadamente no que diz respeito ao horário normal de trabalho e equipamento interno.</p> <p>Em caso de incumprimento do Estagiário no estágio anterior, reserva-se à Entidade o direito de recusar esta Convenção de Estágio após ao Gabinete de Estágios e Gestão Profissional (GESP).</p> <p>A conclusão do estudante do IPG garante ao Estagiário os créditos que existam a qualquer estudante do Ensino Superior, incluindo durante o estágio. Assim, até ao momento de conclusão do estágio, o Estagiário beneficia de garantias académicas de estudantes durante o período decorrente ao estágio para efeitos de regularização em caso de ausência durante no total do estágio, no no regime de a para o final.</p> <p>No caso dos Cursos de Especialização Tecnológica:</p> <ul style="list-style-type: none"> O estagiário deverá entregar, antes primeira sessão do estágio para aprovação do Docente Orientador na Escola, no final do período de estágio curricular: O relatório deverá conter uma avaliação detalhada do trabalho desenvolvido na Entidade, utilizar a linguagem adequada e ser redigido em português claro e objetivo, com o objetivo de avaliar o desempenho do estagiário durante o estágio. O Supervisor na Entidade deverá emitir uma avaliação no final do estágio, em formulário próprio, disponibilizado à Entidade antes do início do estágio. <p>No caso dos cursos de Licenciatura:</p> <ul style="list-style-type: none"> De acordo com o Regulamento de Estágios e Projetos do IPG (2006), trata-se de estágio de carácter obrigatório e obrigatoriamente acompanhado pelo docente orientador durante o período de estágio, ou, quando aplicável, recurso imediato do docente orientador para o estágio em regime de duas semanas, antes do início do estágio para aprovação. O relatório deverá elaborar uma primeira versão do relatório final de estágio a ser enviado ao Gabinete Orientador após o período de estágio. O prazo máximo para entrega do relatório final de estágio é de 15 dias úteis após o período de estágio. O relatório final deverá seguir a aprovação de um professor responsável e pelo o qual se concluiu o estágio. O relatório final de estágio, o Supervisor na Entidade deverá emitir uma avaliação no final do estágio, em formulário próprio, disponibilizado à Entidade antes do início do estágio, e quando aplicável, no prazo correspondente ao processo de regularização formativa. <p>No caso dos cursos de Mestrado:</p> <ul style="list-style-type: none"> Conforme previsto no Regulamento dos Cursos de Mestrado do IPG, a realização do Estágio Profissionalizado pelo Projeto aplicado. A realização implica o cumprimento do plano de trabalho definido com o orientador e aprovado pelo Conselho Técnico científico e pedagógico do Conselho de Coordenação do mestrado. O professor orientador estabelecerá, com o estudante, a metodologia de apoio e acompanhamento de atividades orientadoras inerentes à realização do Estágio Profissionalizado pelo Projeto aplicado ao Mestrado. O não cumprimento das atividades orientadoras determina a reprovação do estudante. <p>O estágio não é obrigatoriamente remunerado. No entanto, reserva-se à Entidade o direito de atribuir uma gratificação ao Estagiário pelo seu desempenho.</p>	
<p>3. ASSINATURAS</p> <p>O Estudante <u>1091071014</u> <u>Alex Carlos Rodrigues Senechal</u></p> <p>O Estagiário </p> <p>O Coordenador da Escola <u>021071014</u> </p> <p>O Docente Orientador </p>		

Anexo 2 - Registo de Presenças



LUSO ALBUFEIRA
AVENTURA

Registo de Funcionamento
Parque Aventura Albufeira
Agosto e Setembro 2014

Luso Aventura – Parque de Diversão, Lda
Apartado 81, EC; Bairro da Estação 3080-999 Figueira da Foz
NIF: 508555299 -- Alvará 85/2008 -- www.lusoaventura.com
info@lusoaventura.com -- +351 913 185 782

Anexo 3 - Formação em Inglês

“When you see the red tape likes this one, you have to put the carabiner in opposite way always at the next red tape move yours carabiners one at a time. At the blue tape, put the pulley and the carabiners in front. The adults put the hand on the top the pulley and the other hand on the blue our red rope and never grab the black rope. Sit down and lift your legs and go. Is just one person doing the game and two persons in maximum in the platform.”

Anexo 4 - Panfleto do Parque Aventura Albufeira

PARQUE AVENTURA

PERCURSOS - TRAILS

▶ INICIAÇÃO - TRAINING TRAIL

▶ AMARELO - FÁCIL - EASY
 • Para adultos e crianças (altura mínima 1m)
 • For children and adults (minimum height 1m)

▶ VIOLETA - MÉDIA - MEDIUM
 • Para adultos e crianças (altura mínima 1,25m)
 • For children and adults (minimum height 1,25m)

▶ AZUL - MÉDIA - MEDIUM
 • Para adultos e crianças (altura mínima 1,40m)
 • For children and adults (minimum height 1,40m)

▶ VERMELHO - NÍVEL AVANÇADO - ADVANCED LEVEL
 • Para adultos e crianças (altura mínima 1,40m)
 • For children and adults (minimum height 1,40m)

PAINTBALL

Zona de floresta - Tree zone
 Obstáculos naturais - Natural obstacles
 2500 m²

→ Área de pique nique
 → Locais de repouso

▶ ABERTO TODOS OS DIAS A PARTIR DAS 10H
▶ OPEN EVERYDAY FROM 10AM
 Possibilidade de reservas - Possibility of reservation

PREÇOS - PRICES

→ **PARQUE AVENTURA**
 • Percurso amarelo > 2 horas de actividades > 10€
 • Percurso amarelo e violeta > 3 horas de actividades > 13€
 • Todos os percursos > 3 horas de actividades > 16€

→ **PAINTBALL**
 • A partir de 18€ - From 18€

Grátis para visitantes - Free for visitors

CONSELHOS - SECURITY INSTRUCTIONS

• Recomendamos roupa desportiva, jeans e sapatilhas
 • Sports gear or jeans and trainers are recommended

ACESSO AO PARQUE - PARK ACCESS

INFORMAÇÕES - INFORMATIONS

Localização - Localisation: ALBUFEIRA, SANTA EULÁLIA
 Tel 913.185.782 - Email info@lusoaventura.com
 www.lusoaventura.com

Alvará TP 85/2008

PARQUE AVENTURA

TREE TOP ADVENTURE PARK

SANTA EULÁLIA «ALBUFEIRA»

Actividades e emoções para toda a família!

NEW!

LUISO AVENTURA

Anexo 5 - Os quatros percursos



Anexo 6 - Seguros

2ª Via 21-10-2008

Ramo AP - Colectivo
 Apólice Nº 0023.10.006188
 Acta Nº 2

AXA

Adicional

Tomador do Seguro/Morada
 LUSO AVENTURA PARQUE DIVERSÃO LDA
 EN 111 105
 3090 - 476 MAIORCA

Duração: Um ano e seguintes
Pagamento: Semestral
Venc. Anual: 10-06
Cobrador: 22704 - Ala Mediação Seguros Lda
Agente: 22704 - Ala Mediação Seguros Lda

Condições Particulares Aplicáveis
 11 12

DE ACORDO COM O INDICADO NA APÓLICE

Data Efeito	16-10-2008	Premio	Comercial	Total	De	A
Modalidade	Desporto, Cultura e Recreio	Adicional			16-10-2008	10-06-2009
Risco	Inerente à Modalidade	Semestral	€ 127,80	€ 142,24		
		Anual	€ 255,60	€ 284,48		

Coberturas	Capitais Seguros	Franquia
Morte ou Invalidez Permanente	€ 35.000,00	
Despesas de Tratamento	€ 3.500,00	

Pessoa(s) Segura(s)	Nome	Profissão	Data Nascimento
DE ACORDO COM O INDICADO NA APÓLICE			
Total de pessoas seguras: 120			

Beneficiários do Capital da Cobertura de Morte	% Capital
Nome	
Os Herdeiros Legais	

De acordo com o disposto no ponto 10 do Artigo 36º das CGA, só haverá lugar ao pagamento da indemnização, em caso de invalidez permanente, desde que a desvalorização ou a soma das desvalorizações seja igual ou superior a 10 por cento.
 De harmonia com o disposto no ponto 1.2 do Artigo 38º das CGA, a cobertura de despesas de tratamento e repatriamento fica sujeita a uma franquia de valor igual a 62,50 euros.
 Para os menores de 14 anos, a cobertura de Morte é substituída pela cobertura de Despesas de Funeral até ao montante de 3.000 €.
 Para idades iguais ou superiores a 70 anos, a cobertura fica limitada, exclusivamente, ao risco de Morte.
 Que, em derrogação parcial do ponto 1 do Artigo 38º das Condições Gerais, só serão consideradas, para efeito de indemnização, as despesas de tratamento efectuadas, exclusivamente, em Portugal, ficando, por isso, também excluídas as despesas extraordinárias de repatriamento.
 Que, em derrogação do Artigo 7º das Condições Gerais, o âmbito territorial deste Contrato fica limitado, exclusivamente, aos acidentes ocorridos em Portugal.

Actividades cobertas por esta apólice:
 - Slide, Escalada; Pontes de Gorda, Arborismo, Caminhada e Orientação, BTT, Paint Ball e Tiro ao Arco.

Porto, 17 de Outubro de 2008
<http://www.axa.pt>

1/1

Ramo Responsabilidade Civil
 Apólice Nº 0084.10.058677
 Acta Nº 1

AXA

ESTORNO

Tomador
 LUSO AVENTURA PARQUE DIVERSÃO LDA
 EN 111 105
 3090 - 476 MAIORCA

Duração: Um Ano e Seguintes
Pagamento: Semestral
Cobrador: 22704 - Ala Mediação Seguros Lda
Agente: 22704 - Ala Mediação Seguros Lda

Condições Especiais / Cláusulas Particulares
 18

DE ACORDO COM O INDICADO NA APÓLICE

Coberturas Contratadas	Capital Seguro	Sub-Limite Capital Seguro	Franquia
Resp. Civil Exploração	€ 60.000,00		Tipo 33

São aplicáveis as seguintes franquias identificadas acima:
 Tipo 33 - Esta(s) cobertura(s) fica(m) sujeita(s) a uma franquia de 10% do valor dos danos resultantes de lesões materiais, no mínimo de € 250,00.

A Responsabilidade Civil garantida pelo presente contrato de seguro está de acordo com o estabelecido DL 204/2000 DE 01 DE SETEMBRO E DL 109/2002 DE 16 DE ABRIL.

Porto, 15 de Outubro de 2008

Handwritten Signature

Anexo 7 - Plano de Evacuação e Emergência e o Regulamento Interno



REGULAMENTO INTERNO

Apresentação
 A instalação do Parque Aventura foi alvo de diversas vitórias, com o objectivo de proporcionar as melhores garantias de qualidade e segurança dos percursos do Arborismo. Para a realização deste espaço contactaram-se as entidades competentes, no âmbito de segurança e meio envolvente. A empresa Luso Aventura realizou todos os trabalhos de instalação dos percursos de Arborismo. Os materiais utilizados (cabos, redes, cordões, arneses, mosquetões, roldanas) estão de acordo com as normas da "CE", de acordo com as normas europeias (EN 15691-1 e EN 15697-2). A experiência da Luso Aventura no domínio da animação e enquadramento de actividades em contacto com a natureza, permite oferecer um espaço lúdico, organizado, seguro, animado e adaptado a todo o público. A equipa técnica está qualificada e formada para o enquadramento e monitorização das actividades de Arborismo. É composta por:
 - Operadores de percursos acrobáticos em altura (formação interna)
 - Interventores em altura
 - Podadores de árvores em altura

Regulamento

Artigo 1º:
 Todos os visitantes devem respeitar a natureza (fauna e flora) e o meio ambiente envolvente (sem deixar lixo no chão, de qualquer natureza). É expressamente proibido fumar no recinto do parque. Os animais podem entrar, desde que não perturbem a tranquilidade e normal funcionamento do parque. Devem permanecer com trela e apalme (os seus excrementos devem ser limpos e retirados pelo respectivo dono).

Artigo 2º:
 Somente o acesso aos percursos sobre as árvores é sujeito a pagamento (ver tabela de preços).

Artigo 3º:
 O Parque Aventura disponibiliza 4 percursos em altura e 1 percurso de iniciação, codificados de acordo com as respectivas dificuldades técnicas ou faixas: amarelo, violeta, azul, e vermelho. Para aceder aos percursos os participantes devem, obrigatoriamente, ter conhecimento dos conselhos de utilização e segurança durante a realização da actividade. Nenhum participante pode aceder aos percursos, sem uma prévia explicação e formação, dada pelos monitores. O uso de arneses de segurança é obrigatório e deve permanecer correctamente colocado, do início ao fim da actividade. Apenas o material colocado à disposição pela Luso Aventura é autorizado nas actividades do Parque Aventura.

Artigo 4º:
 A mudança dos percursos é livre, desde que se respeitem os artigos 2 e 3. Cada participante deve realizar o percurso de forma autónoma e à sua responsabilidade. As crianças entre os 4 e 12 anos devem estar sempre acompanhadas por um adulto, bem como, sempre que a altura do percurso ultrapasse os 3 metros de altura. O Parque Aventura não se responsabiliza por acidentes que não respeitem as regras de segurança.

Artigo 5º:
 Aos monitores, reserva-se o direito de solicitar a saída do percurso ou exclusão da actividade, todos os participantes que demonstrem comportamentos perigosos, não respeitem as regras de segurança ou por estado de embriaguez, sem qualquer devolução monetária.

Artigo 6º:
 O Arborismo é uma actividade lúdica e desportiva que apela ao domínio de si próprio. A aptidão física é mais ou menos importante, conforme o percurso (amarelo, violeta, azul e vermelho). Todos os participantes, antes de iniciarem os percursos devem ter o conhecimento dos mesmos e, em caso algum, o Parque Aventura é responsável por qualquer fratura física.

Artigo 7º:
 As crianças e jovens de menor idade (< 18 anos) devem permanecer sob a vigilância e responsabilidade do adulto que as acompanha.

Artigo 8º:
 O Parque Aventura reserva-se no direito de suspender as ou fechar o acesso às actividades, por razões climatéricas que possam colocar em causa a segurança dos participantes, sem direito a qualquer devolução ou indemnização monetária.

Artigo 9º:
 De acordo com a legislação, possuímos seguro de responsabilidade civil e de acidentes pessoais (AXA).

Artigo 10º:
 Cada participante deve, obrigatoriamente, ter conhecimento do presente regulamento, antes de iniciar as actividades.



Plano de Evacuação / Evacuation Map



Anexo 8 - Registo de Funcionamento e de Presenças



LUSO ALBUFEIRA
AVENTURA

Registo de Funcionamento
Parque Aventura Albufeira
Agosto e Setembro 2014

Luso Aventura – Parque de Diversão, Lda
Apartado 81, EC; Bairro da Estação 3080-999 Figueira da Foz
NIF: 508555299 -- Alvará 85/2008 -- www.lusoaventura.com
info@lusoaventura.com -- +351 913 185 782

Anexo 9 - Registo de Horas

IPG Instituto Politécnico da Guarda Instituto Politécnico da Guarda	Registo de Presenças Cursos de Especialização Tecnológica Formação em Contexto de Trabalho	MODELO GESP.016.01																																																																																										
	1 IDENTIFICAÇÃO DO ESTUDANTE Nome completo: <u>ALEXANDRE RODRIGUES FIGUEIRAS</u> Escola: <input checked="" type="radio"/> ESECD <input type="radio"/> ESS <input type="radio"/> ESTG <input type="radio"/> ESTH N.º estudante: <u>16002036</u> Curso: <u>Departamento de Matemática</u> Entidade onde se realiza o estágio: <u>União Agrária Lda - Parque Aviação de Albufeira</u> Supervisor na entidade: <u>União Agrária Lda</u>																																																																																											
2 REGISTO DE PRESENCAS Registo de presenças relativo a: <u>Julho</u> / 2014																																																																																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Data</th> <th>N.º de horas/dia</th> <th>Rubrica do estagiário</th> <th>Data</th> <th>N.º de horas/dia</th> <th>Rubrica do estagiário</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>02/07/2014</td><td>11 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>16/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>03/07/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>18/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>04/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>19/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>05/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>20/07/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>06/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>21/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>07/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>22/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>08/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>23/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>09/07/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>24/07/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>10/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>25/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>11/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>26/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>12/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>27/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>13/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>28/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>14/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>29/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>15/07/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>30/07/2014</td><td>10 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> </tbody> </table>			Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	02/07/2014	11 horas	Alex Figueiras	16/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	03/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	18/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	04/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	19/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	05/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	20/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	06/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	21/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	07/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	22/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	08/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	23/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	09/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	24/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	10/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	25/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	11/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	26/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	12/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	27/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	13/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	28/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	14/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	29/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	15/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	30/07/2014	10 horas	Alex Figueiras
Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário																																																																																							
02/07/2014	11 horas	Alex Figueiras	16/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
03/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	18/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
04/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	19/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
05/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	20/07/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																							
06/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	21/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
07/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	22/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
08/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	23/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
09/07/2014	8 horas	Alex Figueiras	24/07/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																							
10/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	25/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
11/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	26/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
12/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	27/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
13/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	28/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
14/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	29/07/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																							
15/07/2014	9 horas	Alex Figueiras	30/07/2014	10 horas	Alex Figueiras																																																																																							
3 SUPERVISOR NA ENTIDADE Data: <u>13/10/2014</u> Assinatura: <u>[assinatura]</u> <small>D D M M A A A A</small> <small>O(A) Supervisor(a)</small>																																																																																												
<small>O(A) estagiário(s) deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de estágio cumprido. O registo de presenças deverá ser depois validado pelo(a) Supervisor(a) na entidade e remetido para o GESP/IPG, até ao dia 5 do mês seguinte, através de e-mail (gestp-est@ipg.pt) ou fax (717 222 890).</small>																																																																																												

IPG Instituto Politécnico da Guarda Instituto Politécnico da Guarda	Registo de Presenças Cursos de Especialização Tecnológica Formação em Contexto de Trabalho	MODELO GESP.016.01																																																																																				
	1 IDENTIFICAÇÃO DO ESTUDANTE Nome completo: <u>ALEXANDRE RODRIGUES FIGUEIRAS</u> Escola: <input checked="" type="radio"/> ESECD <input type="radio"/> ESS <input type="radio"/> ESTG <input type="radio"/> ESTH N.º estudante: <u>16002036</u> Curso: <u>Departamento de Matemática</u> Entidade onde se realiza o estágio: <u>União Agrária Lda - Parque Aviação de Albufeira</u> Supervisor na entidade: <u>União Agrária Lda</u>																																																																																					
2 REGISTO DE PRESENCAS Registo de presenças relativo a: <u>Agosto</u> / 2014																																																																																						
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Data</th> <th>N.º de horas/dia</th> <th>Rubrica do estagiário</th> <th>Data</th> <th>N.º de horas/dia</th> <th>Rubrica do estagiário</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>10/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>24/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>11/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>25/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>12/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>26/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>13/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>28/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>14/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>29/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>15/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>30/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>16/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>31/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td></tr> <tr><td>17/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> <tr><td>18/08/2014</td><td>11 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> <tr><td>20/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> <tr><td>21/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> <tr><td>22/08/2014</td><td>9 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> <tr><td>23/08/2014</td><td>8 horas</td><td>Alex Figueiras</td><td>-/-</td><td>-/-</td><td>-/-</td></tr> </tbody> </table>			Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	10/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	24/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	11/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	25/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	12/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	26/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	13/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	28/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	14/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	29/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	15/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	30/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	16/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	31/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	17/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-	18/08/2014	11 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-	20/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-	21/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-	22/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-	23/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-
Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário	Data	N.º de horas/dia	Rubrica do estagiário																																																																																	
10/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	24/08/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																	
11/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	25/08/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																	
12/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	26/08/2014	9 horas	Alex Figueiras																																																																																	
13/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	28/08/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																	
14/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	29/08/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																	
15/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	30/08/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																	
16/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	31/08/2014	8 horas	Alex Figueiras																																																																																	
17/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
18/08/2014	11 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
20/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
21/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
22/08/2014	9 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
23/08/2014	8 horas	Alex Figueiras	-/-	-/-	-/-																																																																																	
3 SUPERVISOR NA ENTIDADE Data: <u>21/10/2014</u> Assinatura: <u>[assinatura]</u> <small>D D M M A A A A</small> <small>O(A) Supervisor(a)</small>																																																																																						
<small>O(A) estagiário(s) deverá preencher e rubricar o espaço correspondente a cada dia de estágio cumprido. O registo de presenças deverá ser depois validado pelo(a) Supervisor(a) na entidade e remetido para o GESP/IPG, até ao dia 5 do mês seguinte, através de e-mail (gestp-est@ipg.pt) ou fax (717 222 890).</small>																																																																																						

Anexo 10 - Apresentação e Discussão do Relatório de Estágio



Luso Aventura - Parque de Albufeira, Lda
 Apartado 81, EC
 Bairro do Estádio
 3086 - 999 Figueira da Foz - PORTUGAL
 NIF: 50655379 ALBUFEIRA 17/03/2008
 info@lusoaventura.com / tel: 913 165 782
 www.lusoaventura.com

Avaliação de Estágio Cet em Desportos de Natureza

Nome do estagiário: Alex Gomes Rodrigues Fernandes

Nome do orientador de estágio na Empresa/Instituição: Lionel Pereira

I – **Resumo da atividade desenvolvida pelo estagiário:** O estagiário teve oportunidade de desenvolver atividades nas principais áreas de trabalho do Parque Aventura de Albufeira: Arborismo; Paintball; Paddy Paper e Slack line.

Tarefas gerais:

- Recepção ao público (informações sobre as atividades e encaminhamento do clientes);
- Manutenção dos espaços abertos ao público;

Arborismo:

- Preparação dos clientes para a atividade com colocação do Equipamento de Proteção Individual (EPI) e firmiação dos clientes com demonstração das normas de procedimento;
- Supervisão dos clientes ao longo da atividade e auxílio nos percursos em caso de necessidade
- Domínio da execução da técnica de resgate com utilização de técnicas de manobras de cordas;
- Inspeção e manutenção dos equipamentos do parque (Percursos e EPI);

Paintball:

- Inspeção e preparação do material de Paintball;
- Equipamento e formação dos participantes;
- Supervisão, arbitragem e dinamização dos jogos de Paintball;
- Controlo, limpeza e manutenção do material no final de atividade de Paintball.

Paddy Paper:

- Preparação e instrução aos clientes sobre a atividade de Paddy Paper;
- Acompanhamento e dinamização da atividade.

Slack Line:

- Preparação e instrução aos clientes sobre a atividade de Paddy Paper;
- Acompanhamento e dinamização da atividade.

II – Quadro de Avaliação a preencher pelo orientador de Estágio:

Parâmetros de Avaliação	Muito Bom	Bom	Suficiente	Insuficiente
Atividade e pontualidade	X			
Relações Humanas	X			
Presença/ Apresentação	X			
Organização/ Disciplina/ Método	X			
Sentido de responsabilidade		X		
Espirito de iniciativa			X	
Capacidade de decisão		X		
Interesse/ Impunimento	X			
Adaptação às tarefas propostas	X			

III – **Apreciação global do estagiário:** De uma forma geral o Alex teve uma evolução muito positiva ao longo do estágio com especial ênfase para a melhoria na capacidade de comunicação com os clientes em português e inglês e na adaptação do seu discurso de acordo com as características dos clientes (crianças, adolescentes e adultos). O Alex manifestou sempre receptividade nas críticas e indicações dadas pelos colegas e integrou-se muito bem no grupo de trabalho e na dinâmica da empresa. Revelou um espírito de entrega muito bom com os colegas de trabalho e capacidade de entrega nas fases de grande aumento de volume trabalho.

A apreciação global sobre o estagiário é de muito bom.

Albufeira, 31 de Agosto de 2014

O Orientador do Estágio, na Empresa

