

Horário	Domingo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado
09:00		Dinâmicas De Grupo	Aula de Surf (Cabedelo - Viana do Castelo)	Escape Games	Canyoning (Rio Âncora)	Paintball	Arrumação e despedida do campo
11:00				Jogos Desportivos (Basket, Futebol, Volei)		Tiro com Arco	
13:00		Almoço	(Almoço Volante)	Almoço		Almoço	Final do Evento
15:00	Receção aos participantes e reconhecimento do Campo	Escalada	Praia (Cabedelo - Viana do Castelo)	Caminhada pelas Aldeias da Mesa dos 4 Abades + Lagoa do Pé do Negro (Praia fluvial)	(Almoço Volante)	Arborismo	
17:00		Slide Rapel	Tempo Livre		Tempo Livre	Preparação do jantar	
19:30	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	Jantar	
21:00	Atividade Noturna*	Atividade Noturna*	Atividade Noturna*	Atividade Noturna*	Atividade Noturna*	Atividade Noturna*	

Atividades Noturnas: Em cada dia serão definidas juntamente com os participantes as atividades noturnas a realizar. Poderão ser atividades sugeridas pelos participantes ou podem ser realizadas algumas atividades previamente planeadas pelos monitores, como karaoke, cinema, fogueira, entre outras.