DESAFIOS 4 ILHAS 2025

- **ILHA GRANDE RJ** – 04 de outubro de 2025 – ILHAS e LAGOA AZUL

MODALIDADE: Águas Abertas Expedições

DISTÂNCIAS: 2km, 4km, 6km, 8km, 10km ou 12 km

PERCURSO LINK: https://ridewithgps.com/routes/48466277

OBJETIVO:
Estamos aproximando nadadores que buscam uma experiência única em lugares incríveis para Natação Águas Abertas.
Nossos percursos são elaborados por profissionais experientes, onde os nadadores possam ter um maior desempenho e tranquilidade para curtir as belezas naturais.
Cada nadador escolhe seu ritmo e a distância que ficar mais confortável.
Nossa prioridade é a sua segurança, com todo apoio, desde a embarcação, coordenadores, caiaques e hidratação à cada 2km, durante todo o percurso.

PROGRAMAÇÃO:
06:30h – Concentração Check-In - Local Saída (À DEFINIR)
07:30h – Saída da Embarcação
08:00h – Início da Natação - DESAFIO 4 ILHAS
13:30h – Chegada da Natação - DESAFIO 4 ILHAS
14:00h – Almoço Opcional
16:00h – Término do Desafio 4 Ilhas

VALORES (Por Pessoa):
- **INDIVIDUAL:** R$1.000,00 (Por Etapa) por ***R$800,00*** (4x R$200,00) 20% Desc.
- **DUPLA:** R$1.000,00 (Por Etapa) por ***R$750,00*** (3x R$250,00) 25% Desc.
- **COMBO:** R$4.000,00 (Todas as Etapas) por ***R$2.400,00*** (8x R$300,00) 40% Desc.
- **GRUPOS:** R$1.000,00 (Por Etapa) por ***R$600,00*** (3x R$200,00) 40% Desc.
- Acompanhante na Escuna: R$ 250,00 (Familiares e Amigos)
- Aluguel de Caiaque R$250,00 (Opcional)

DESAFIO 4 ILHAS 2025 – Informações Importantes

INCLUI

- Água Mineral, Frutas, Isotônico (à Cada 2km)
- Café da Manhã com deliciosos Patês Árabes - AYUNI Cozinha Árabe
- Bananinhas e Repositores Energéticos (TACHÃO UBATUBA)
- Kit Especial aos Nadadores (Camiseta, Touca, Sacochila, Produtos Especiais)

- Seguro Atleta

OPCIONAL

- Acompanhante terá apenas o custo da Embarcação;
- Aluguel de Caiaque;
- Dicas de Hospedagem em Pousadas/Restaurantes;

DICAS

- Apoio Técnico – Guias de Nadadores Especializados em Águas Abertas;
- Embarcação – Profissionais de navegação Barco e 1 Caiaque A (Grupo da Frente), 2 Caiaques B (Grupo do Meio), 2 Caiaques C (Grupo de Trás);
- Material de Natação – Boia de Segurança, Touca, Maiô/Sunga, Nadadeira, Roupa de Borracha, Óculos de Natação entre outros itens que achar necessário;
- Hidratação/Alimentação – Levar para suprir suas necessidades pessoais durante a natação (Faremos paradas obrigatórias à cada 2 km);
- Após a Natação iremos desfrutar umas das Praias do Sul com pausa para almoço,
- Fotos e Vídeos – Teremos Fotógrafo Oficial;

COORDENAÇÃO / GUIAS / CAIAQUES

- ***Time DESAFIO 4 ILHAS - Caiaques e Guias Nadadores:***
- ***Caiaque A (Grupo da Frente - para** nadadores que fazem 00m « - 1`40")
- ***Caiaque B (Grupo do Meio -** para nadadores que fazem 100m « - 2`10")
- ***Caiaque C (Grupo de Trás - para** nadadores que fazem 100m « + 2`30")
- ***Caiaque D (Atrás sempre com o último nadador)**
- ***Embarcação *Hidratação à cada 2km - *Coordenação e Apoio***

Venha se surpreender com uma experiência única! Desfrute de paisagens deslumbrantes, em uma atmosfera de amizade única.🏝️🌊✨

📞 *Informações e Reservas:

(19) 98705.2955 (TAREK – Gestor Turismo Esportivo)*

📱 @a3sportbrasil 🤝 Organização www.desafio4ilhas.com.br