

# PORTFÓLIO DE SERVIÇOS



# ***Apresentação***

***Rilhadas*** é um Complexo Desportivo e Turístico, com uma grande diversidade de actividades.

Integra um Kartódromo, Campo de futebol de 7 em relva Sintética, Piscinas, Court de Ténis, Caixa de Areia, Campo de Golfe (9 buracos de Golfe e 9 buracos de pitch&putt), um Circuito Aventura (Escalada, Slide, Rappel, Pontes Flutuantes e Teia), Pavilhão Indoor Soccer, Discoteca, Dois Dormitórios (em camarata) com capacidade para 140 pessoas e respectivas áreas sociais.

Incluí, ainda, um Restaurante onde poderá fazer as suas refeições, com capacidade para 60 pessoas, e, um espaço para organização de grandes eventos.

Dispomos, também, de espaços para a realização de formações indoor, reuniões empresariais, colóquios, .... etc, equipadas com todos os meios audiovisuais.

É um espaço onde a Natureza e o Desporto se encontram em perfeita sintonia.

Certificamos toda a logística da actividade com o profissionalismo, que caracteriza a nossa marca. Asseguramos inovação e qualidade nos serviços que oferecemos.

Todas as actividades propostas são contextualizadas de acordo com o público-alvo, oferecendo aos participantes momentos onde a diversão e a aprendizagem estão lado a lado.

O nosso objectivo é desenvolver desafios de formação, onde o espírito de equipa e entreaajuda são constantemente postos à prova de uma forma divertida e instrutiva.

O processo de escolha de actividades é feito com base nos objectivos dos nossos clientes e à medida das suas necessidades.

Os participantes são convidados a superar tarefas para que a sua equipa ultrapasse os “obstáculos”, sob pressão do tempo, pondo á prova competências como: a cooperação, comunicação, controlo emoções, liderança, trabalho de equipa, coordenação, precisão, destreza, entre outras.







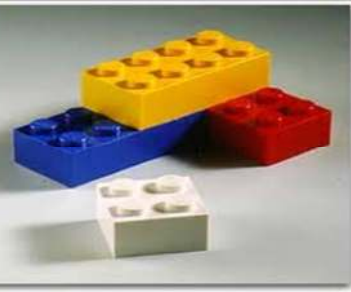


N.º	ACTIVIDADES	FOTOS
1	<i>Futebol/Volei de Praia</i>	
2	<i>Piscina</i>	
3	<i>Karting</i>	
4	<i>Golfe</i>	
4	<i>Paintball</i>	
5	<i>Desporto Aventura</i> <i>Escalada/Rappel/Slide/Pontes/Teia</i>	
6	<i>Caça ao Tesouro</i> <i>e</i> <i>Orientação</i>	

## Actividades de Team Building (alguns exemplos)

N.º	Jogo	Objectivos	Descrição	
1	<b>Estafetas</b>	Trabalho de equipa, cooperação	5 provas de estafetas onde toda a equipa tem que participar e realizar as provas pedidas num determinado tempo	
2	<b>Skis Humanos</b>	Coordenação, trabalho de equipa, liderança	4 elementos de cada vez tem que realizar um determinado percurso em skis no tempo pedido	
3	<b>Corrida de sacos</b>	Diversão e coordenação motora, estratégia	Cada elemento da equipa tem que transportar um objecto para um local mas em corrida de sacos.	
4	<b>Tiro às latas</b>	Precisão e diversão	Cada elemento tem 3 tentativas para derrubar o maior n.º de latas possíveis	
5	<b>Puzzle Gigante</b>	Concentração, trabalho de equipa e liderança	Toda a equipa tem que ajudar a montar um Puzzle gigante num determinado tempo	
6	<b>Tiro com arco</b>	Precisão, concentração	Cada elemento tem 3 tentativas para reunir o maior n.º de pontos	
7	<b>Tiro com Foga</b>	Precisão, concentração	Cada elemento tem 3 tentativas para reunir o maior n.º de pontos	

8	<b>Tiro com Zarabatana</b>	<b>Precisão e concentração</b>	Cada elemento tem 3 tentativas para reunir o maior n.º de pontos	
9	<b>Bidão</b>	<b>Trabalho de equipa, liderança</b>	A equipa tem que tentar encher um bidão furado com água até uma bola que se encontra dentro deste vir à tona.	
10	<b>Corda</b>	<b>Trabalho de equipa, confiança</b>	Todos os elementos têm que segurar numa corda para um elemento da equipa a atravessar sem cair	
11	<b>Teia Vertical</b>	<b>Trabalho de equipa, Confiança, liderança, estratégia, cooperação</b>	Toda a equipa tem que atravessar uma teia sem tocar nas cordas e sem repetir os buracos	
12	<b>Prova de obstáculos</b>	<b>Trabalho de equipa, cooperação, confiança, liderança, entreaajuda</b>	Todos os elementos têm que transpor uma serie de obstáculos à imagem de uma prova de obstáculos militar.	
13	<b>Teia horizontal</b>	<b>Trabalho de equipa cooperação, coordenação</b>	Toda a equipa estará presa tendo que transpor uma teia sem tocar nas cordas.	
14	<b>Relógio</b>	<b>Trabalho de equipa, liderança, coordenação</b>	Cada elemento tem um tubo e, à voz de comando, toda a equipa tem que rodar no sentido dos ponteiros do relógio sem deixar cair os tubos.	
15	<b>Equilíbrio</b>	<b>Trabalho de equipa, liderança, coordenação</b>	Toda a equipa se coloca em cima de um tronco e tem que realizar as tarefas que lhe são pedidas sem que nenhum elemento caia	



16	<b>Construção de um Carrinho</b>	<i>Trabalho de equipa, destreza manual, liderança</i>	Com um monte de peças fornecidas a equipa tem que construir um carrinho de madeira e testa-lo	
17	<b>Bola de ping-pong no copo</b>	<i>Cooperação, destreza</i>	Apenas através do sopro a equipa tem que passar uma bola de ping-pong de elemento para elemento	
18	<b>Arco</b>	<i>Trabalho de equipa, cooperação, coordenação</i>	De mãos dadas e em círculo têm que passar um arco de desporto por toda a equipa, sem se soltar	
19	<b>Esparguete</b>	<i>Trabalho de equipa, liderança, cooperação entreajuda</i>	Com um pacote de massa esparguete, a equipa tem que construir uma torre de um metro que suporte um ovo durante 1 minuto	
20	<b>Construção</b>	<i>Imaginação, comunicação, cooperação</i>	Um elemento da equipa faz uma construção com legos, que através de um telefone humano a equipa tem que passar a mensagem e repetir a construção	
21	<b>Kim</b>	<i>Memoria, estratégia</i>	A equipa tem 1 minuto para fixar alguns objectos, depois dizer o n.º e quais objectos que lhes foram anteriormente mostrados	
22	<b>Construção Humana</b>	<i>Cooperação, estratégia, trabalho de equipa</i>	Toda a equipa tem que realizar uma construção humana com as orientações que lhes são dadas	

23	<b>Caixas</b>	<i>Trabalho de equipa, comunicação, liderança, entreajuda</i>	A equipa tem que se deslocar de um ponto para outro sem colocar qualquer membro no chão.	
24	<b>Malha</b>	<i>Precisão, estratégia</i>	Derrubar os mecos com uma malha	
25	<b>Caneta</b>	<i>Trabalho de equipa, coordenação, cooperação, estratégia</i>	Cada elemento da equipa tem que segurar num fio que está preso a uma caneta e a equipa toda tem que conseguir colocar a caneta dentro de uma garrafa	
26	<b>Desenho</b>	<i>Destreza manual, improviso, criatividade, trabalho de equipa</i>	Um elemento tem que fazer um desenho que lhe é fornecido e a restante equipa tem que adivinhar	
27	<b>Mímica</b>	<i>Improviso, criatividade, trabalho de equipa</i>	Um elemento tem que fazer mímica e a restante equipa tem que adivinhar	
28	<b>Questionário</b>	<i>Inteligência, raciocínio</i>	È fornecido a cada equipa um pequeno questionário de perguntas simples cheio de pequenas ratoeiras	
29	<b>Controlo</b>	<i>Destreza física, concentração</i>	Com uma bola de futebol contornar os mecos mas com os pés presos	
30	<b>Abrigo</b>	<i>Destreza, improviso, imaginação, criatividade</i>	Com os materiais que lhes são fornecidos a equipa tem que construir um abrigo.	



