



MANUAL DO ACAMPANTE
H10 HAND CAMP 2025

H10 HAND CAMP 2025

Seja bem vindo(a)!

Primeiro gostaríamos de agradecer a escolha em compartilhar suas férias conosco, e tenha certeza que o TIME H10 preparou uma programação e um ambiente incrível para que possa curtir com muita segurança, diversão e handebol.

Nosso time tem a expertise em acampamentos e eventos esportivos e estará a disposição para acolher e tornar essas férias inesquecíveis, partilhando dos nossos valores e princípios para formação integral de crianças e jovens através do esporte.

Caso haja necessidade particular de ida e a volta de um acampante durante a temporada, as viagens ficarão sob a responsabilidade dos responsáveis. Isto só será permitido em casos muito especiais, mediante autorização da direção do H10 HAND CAMP.

CHECK LIST PARA A VIAGEM:

- AUTORIZAÇÃO DE VIAGEM;
- DOCUMENTO ORIGINAL;
- IDENTIFICAÇÃO DOS PERTENCES;
- TERMO DE RESPONSABILIDADE
- FICHA DE SAÚDE E MEDICAÇÕES;
- MATERIAIS DE TREINO, JOGO E USUAL



ÍNDICE

O QUE LEVAR	4
ATIVIDADES	5
O LOCAL	6
ALIMENTAÇÃO	7
ANIVERSÁRIO	7
TIME H10	7
OBJETOS DE VALOR	8
CANTINA E LOJINHA	8
FALAR COM O ACAMPANTE	9
FOTOS E VÍDEOS	9
ESCOLHA DE QUARTO	10
AUTORIZAÇÃO DE VIAGEM	10
EMBARQUE E DESEMBARQUE	11
SEGURO VIAGEM	12
FICHA DE SAÚDE	13
DEPARTAMENTO MÉDICO	13
ANEXO 1 (TERMO DE RESPONSABILIDADE)	14
ANEXO 2 (AUTORIZAÇÃO DE VIAGEM)	15
ANEXO 3 (FICHA DE SAÚDE)	16
ENVIO DE DOCUMENTOS	17
EUROTOUR H10	18

O QUE LEVAR?



CAMA

- 1 pijama
- 1 cobertor ou saco de dormir
- 1 jogo de lençol
- 1 fronha e travesseiro

USO PESSOAL

- 1 saco de roupa suja
- 1 sabonete / saboneteira
- Creme dental
- Escova de dentes
- Desodorante
- Shampoo / Condicionador
- Pente / Escova de Cabelos
- Protetor Solar
- Repelente Spray
- Manteiga de Cacau

FESTAS E TRAJES

- BAILE A FANTASIA - 1 fantasia (livre escolha)

BANHO E PISCINA

- 2 toalhas (banho e piscina)
- 1 par de chinelos
- 2 maiôs, biquínis ou sungas

VESTUÁRIO DIÁRIO

- 8 camisetas
- 1 par de tênis (esportivos) e 1 chuteira (atividades na grama);
- 8 pares de meias
- 3 calças compridas
- 3 blusas de frio
- 6 shorts ou bermudas
- 1 boné ou viseira
- 1 par de chuteiras de grama
- 8 ou + calcinhas/sutiãs ou cuecas
- 5 tops para atividades esportivas
- 1 óculos de sol
- Caso saiba tocar instrumento de corda, favor levar.

OBS.: 1) Equipamentos eletrônicos e outros pertences, são de responsabilidade exclusiva dos acampantes e responsáveis. 2) Favor identificar todos os pertences com nome e sobrenome do acampante. 3) Na lista acima não incluímos o kit esportivo que todos vão receber. 4) Concentrar todo material em uma única mala, além da mochila ou sacochila, caso queira levar.

ATIVIDADES

As atividades do H10 HAND CAMP são executadas seguindo padrões e normas de segurança. As regras e normas das atividades devem ser rigorosamente seguidas pelos acampantes para que tenham uma estada tranquila e um ótimo aproveitamento da viagem. Todas as atividades são monitoradas em tempo integral, inclusive os períodos de piscina, com suporte dentro da água.



ATIVIDADES ESPORTIVAS

TREINOS – CLÍNICAS – JOGOS – COMPETIÇÃO
MODALIDADE HANDEBOL E HANDEBOL DE PRAIA

ATIVIDADES DE LAZER/RECREATIVAS

PISCINA - GINCANAS – FESTA – JOGOS NOTURNOS



FESTAS TEMATICAS

BAILE A FANTASIA

HORÁRIO	ATIVIDADE
08H	CAFÉ DA MANHÃ
09H	ATIVIDADE 1 - ESPORTIVA
11H	PISCINA / ATIV. LIVRE
12H30	ALMOÇO
14H	ATIVIDADE LIVRE

HORÁRIO	ATIVIDADE
15H	ATIVIDADE ESPORTIVA 2
16H	JOGOS / COMPETIÇÕES
19H	JANTAR
20H30	ATIV. NOTURNA OU FESTA
22H30	RECOLHER

O LOCAL

O ESTÂNCIA NAZARÉ PAULISTA local que abriga o H10 HAND CAMP, conta com uma estrutura de lazer e esportiva, incluindo:

- Chalés para 6 pessoas;
- Refeitório para 250 pessoas;
- Piscinas adulto e infantil;
- Quadra de areia;
- Quadras poliesportivas;
- Campo de Futebol
- Ginásio Poliesportivo 40x20 mts (novo)
- Ginásio Poliesportivo

Estrada Municipal José Waldir Rabello, s/n -
Guavirutuva - Nazaré Paulista/SP



ALIMENTACAO

Serão oferecidas 04 refeições (café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar). O cardápio conta com pratos frios, pratos quentes, saladas, frutas, suco e sobremesa. Sempre optamos por alimentos cozidos e/ou assados.

ANIVERSARIO

Iremos comemorar com bolo e parabéns o aniversário dos acampantes que estiverem conosco durante o acampamento.

TIME H10

Nossa equipe conta com profissionais especializados em lidar com grupos de crianças e adolescentes. Temos o conhecimento necessário para conduzir com tranquilidade situações específicas que venham a surgir, respeitando as particularidades de cada adolescente. Eles cuidam, apoiam e se divertem com os acampantes em todos os momentos. Temos um monitor/professor para cada oito acampantes. Além disso, há o apoio dos coordenadores, que estão sempre orientando e dirigindo o trabalho da monitoria. Os acampantes são acompanhados 24 horas por dia.

Nossa equipe é composta de: enfermeira, fisioterapeuta, monitore(a)s, treinadore(a)s, fotógrafo, coordenadores, além da equipe de limpeza, logística, cozinha e segurança.

OBJETOS DE VALOR



Jóias, relógios, brinquedos, vídeo game, ipod e similares não são usados no acampamento e não devem ser levados. **Caso isso ocorra, o H10 HAND CAMP não se responsabilizará pelos mesmos.**

CANTINA E LOJINHA

Caso o responsável deseje, o acampante poderá comprar artigos na CANTINA e LOJINHA H10 durante o acampamento.

Será aceito no local dinheiro, PIX ou cartão (débito ou crédito).

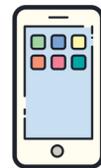
A cantina e lojinha vão estar comercializando os seguintes itens:

Consumo de refrigerante, gatorade, sucos, doce, sorvete, açaí, lanches e salgadinhos.



Eventuais lembranças e/ou itens esportivos da modalidade handebol.

O consumo de guloseimas, chocolates e outros somente poderá ser feito a partir da cantina. Solicitamos, então, que o acampante não leve produtos que não sejam os que irá consumir durante a viagem de ida ao H10 HAND CAMP, inclusive por uma questão de segurança alimentar.



FALAR COM O(A) ACAMPANTE

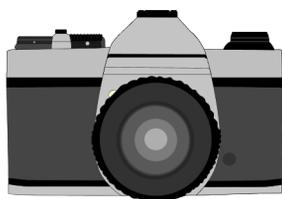
Contatos telefônicos são permitidos e, às vezes, necessários. Apenas pedimos que haja bom senso para que o contato não seja excessivo. Sugerimos a comunicação sempre das 12h às 14h. No caso de acampantes que não tenham celular nosso número de atendimento vai estar disponível.

FOTOS E VIDEOS

Em parceria com a empresa RuasMidia, agência oficial da Confederação Brasileira de Handebol, teremos a cobertura integral do evento com os fotógrafos registrando os melhores momentos de seus filhos e filhas.

O pacote de fotos COMPLETO tem um custo de R\$ 180,00 e deve ser adquirido através do nosso portal, para maiores informações entrar em contato com nosso whats comercial e fazer a aquisição até o dia 20.12.

O pacote conta com fotos dos jogos, treinos, atividades recreativas e do incrível MEDIA DAY, um dia que seus filhos e filhas vão ter fotos semelhantes aos atletas profissionais.



CLIQUE NO ÍCONE AO LADO, e acesse o site para ver as fotos da edição desse ano!

ESCOLHA DE QUARTO

Caso deseje, faça a opção de solicitação de quarto, para o(a) acampante. A solicitação deve ser feita ÚNICA e EXCLUSIVAMENTE através deste email: contato@sportscamp.com.br. Coloque no ASSUNTO do email: ESCOLHA DE QUARTO. Os pedidos de quartos serão aceitos até 10/12/24. **Lembrando que não é obrigatório.**

Para fazer seu **PEDIDO DE QUARTO** siga os passos abaixo:

1. Os responsáveis do(a)s acampantes (máximo de 04) devem formar o grupo e notificar a organização através do email acima;
2. Seguir os critérios de afinidade, faixa etária e gênero;
3. Informar o nome completo dos acampantes;



AUTORIZACAO DE VIAGEM

Somente para menores de 16 anos:

Imprima o formulário anexo nesse documento e preencha os campos necessários. A mesma deve ser levada no dia do embarque, juntamente com uma cópia simples de um documento com foto, do menor.



NECESSÁRIO RECONHECIMENTO DE FIRMA DO RESPONSÁVEL

EMBARQUE E DESEMBARQUE

O embarque e desembarque ao H10 HAND CAMP, vai ocorrer no seguintes dias, horários e local:

EMBARQUE:

DECATHLON MORUMBI

Av. Duquesa de Goiás, 381 - Real Parque

20.01.2025 – SEGUNDA - Manhã

Concentração: 07h30 – Partida: 07h45



Deverão estar no local de embarque o acampante junto com um responsável, com antecedência mínima de 30 minutos. **A tolerância para o embarque é de 15 minutos**, após a tolerância os presentes seguirão viagem ao destino.

Em caso de atraso, por qualquer motivo, fica por conta da família o transporte do(a) acampante até a unidade.

DESEMBARQUE:

DECATHLON MORUMBI

Av. Duquesa de Goiás, 381 - Real Parque

27.01.2024 – SÁBADO – Tarde

PREVISÃO DE CHEGADA: 14h



SEGURO VIAGEM

Todo acampante terá a seu dispor um serviço de assistência médica, que cobrirá eventuais custos com acidentes no período em questão.

O serviço de assistência médica não cobrirá despesas no caso de:

- Tratamentos clínicos não decorrentes de acidentes (ex.: gripe, inflamação de garganta, alergias, etc.)
- Tratamentos e serviços suplementares executados em função de acidentes gerados por infração do acampante às regras gerais e normas de segurança do acampamento.
- Tratamento de moléstias ou estados patológicos provocados pela ingestão de drogas, entorpecentes ou psicotrópicos, uso de bebidas alcoólicas ou remédios sem receita médica.
- Tratamentos e serviços suplementares ocasionados na origem da viagem (Preexistência)
- Tratamentos e serviços suplementares executados após o término da viagem, mesmo que em continuidade ao tratamento iniciado no H10 HAND CAMP.

EMPRESA: AFFINITY SEGURO VIAGEM

PLANO: AFFINITY NACIONAL

www.affinityseguro.com.br





FICHA DE SAUDE

A Ficha de Saúde (**anexa a esse documento**) é um documento extremamente importante e se não preenchido na íntegra, impedirá que a inscrição seja finalizada.

Somente deverão embarcar para o H10 HAND CAMP, acampantes que estiverem em perfeito estado de saúde no dia do embarque. No caso de ocorrência de doença contagiosa ou de caráter severo durante o acampamento, os responsáveis serão contatados e deverão buscar o acampante.

DEPARTAMENTO MEDICO

O H10 HAND CAMP conta com uma fisioterapeuta em período integral. A enfermaria dispõe de medicamentos de uso geral, bem como materiais para pequenos curativos.

Serão cobrados materiais e medicamentos específicos, se utilizados continuamente durante a temporada.

O acampante não poderá ter medicamentos em seu poder.

Medicamentos específicos que o acampante tenha que tomar durante sua estada, deverão ser identificados na ficha de saúde e entregues à equipe de saúde, no local e horário de embarque, contendo todas as orientações.



TERMO DE RESPONSABILIDADE

NOME ACAMPANTE: _____

PERÍODO DO EVENTO: _____

Declaro para os devidos fins que eu _____, RG _____, (responsável legal pelo(a) menor acima citado(a)), me comprometo a aferir a temperatura nos 3 dias que antecedem a viagem ao H10 HAND CAMP. Caso apresente um ou mais dos seguinte sintomas (**perda de paladar e/ou olfato, dor de cabeça constante, indisposição, dores no corpo, coriza, tosse e falta de ar**), me comprometo a não embarcar para a viagem. Estou ciente que o não cumprimento dessas medidas coloca em risco a minha saúde pessoal e dos demais participantes do evento. Também concordo que, caso durante o evento apresente qualquer sintoma suspeito da COVID-19, autorizo a coordenação do H10 HAND CAMP a providenciar o isolamento do hóspede em questão até o diagnóstico definitivo e/ou retorno ao local de origem do acampante.

• Perguntas sobre o(a) acampante:

1. Apresentou contato nos últimos 15 dias com alguém infectado pelo COVID-19? () SIM () NÃO

2. Alguém da família teve contato, ou apresentou sintomas do COVID-19? () SIM () NÃO

Se SIM, quem e quando? _____

3. Apresenta alguma doença crônica ou pré existente, ou é do grupo de risco? () SIM () NÃO

(Diabetes, hipertensão, asma, outros).

Se SIM, qual? _____

4. Realizou exame de PCR ou Antígeno? () SIM () NÃO Data ____ / ____ / ____

Se fez, qual o resultado? () Positivo () Negativo

5. Realizou a imunização vacinal contra a COVID-19? () SIM () NÃO

Se SIM, informar a data da primeira e segunda doses. 1ª DOSE ____ / ____ / ____ 2ª DOSE ____ / ____ / ____

Declaro para os devidos fins, que as informações prestadas acima são verdadeiras. Assim sendo assumo total responsabilidade sobre todos os efeitos e eventuais danos causados por declarações não verídicas.

_____, ____ de _____ de _____.

(assinatura do responsável)

AUTORIZAÇÃO PARA VIAJAR ACOMPANHADA DE PESSOA MAIOR

Eu, _____ (nome do pai, mãe ou responsável legal), portador do RG nº _____ expedido em ____/____/____ por órgão expedidor _____, residente em _____, nº _____, complemento _____, bairro _____, cidade _____, UF _____, CEP _____ na condição de responsável legal, autorizo o (a) menor _____

_____, nascido(a) em ____/____/____ com documento de identificação tipo _____, número _____

em viajar ao H10 HAND CAMP, situado no HOTEL ESTANCIA NAZARÉ na cidade de NAZARÉ PAULISTA/SP, acompanhado(a) de pelo menos um do(a)s Srs.(a):

VALTER COSTA GUIMARÃES FILHO – 33.158.364-1

GABRIEL SANTOS AROUNIAN – 54.924.558-3

HELOISA DE CASSIA PIRES GEIGER – 39185255-3

Esta autorização é válida pelo período de ____/____/____ a ____/____/____

Por ser verdade, firmo o presente.

_____, ____ de _____ de _____. _____
(assinatura do responsável)

É necessário autorização para todas as crianças e adolescentes que possuam até 16 anos incompletos.
NECESSÁRIO RECONHECER FIRMA DO RESPONSÁVEL

FICHA DE SAUDE E MEDICACOES DO ACAMPANTE

NOME ACAMPANTE: _____

IDADE: _____ NOME RESP.: _____ CEL RESP: _____

TIPO SANGUÍNEO: _____ FATOR RH: _____

CONVÊNIO MÉDICO: _____ PLANO: _____

HOSPITAL CONVENIADO MAIS PRÓXIMO: _____

ESTÁ EM TRATAMENTO? () SIM () NÃO. Em caso positivo especifique:

TOMA MEDICAÇÃO DIÁRIA? () SIM () NÃO - **Obs:** Identificar abaixo medicações comumente usadas em caso de necessidade.

MEDICAMENTO	DOSE	HORÁRIO	EM USO	SE NECESSÁRIO
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)
			(<input type="checkbox"/>)	(<input type="checkbox"/>)

Está levando algum tipo de medicação na mala, além da já descrita? () SIM () NÃO

Em caso positivo, qual? _____

Data: ____/____/____ Ass. Responsável: _____

Favor anexar outras orientações caso necessário. Levar na mala carteirinha do convênio.

ENVIO DOCUMENTOS

Todos os documentos a seguir devem ser preenchidos, assinados, digitalizados e enviados no link a seguir:



SERÁ DISPONIBILIZADO O LINK DE ACESSO NO PORTAL DO ACAMPANTE para UPLOAD dos documentos preenchidos e assinados.

Os documentos a serem anexados são:

- TERMO DE RESPONSABILIDADE;
- AUORIZAÇÃO DE VIAGEM (apenas a acampantes que no embarque da viagem não tenham 16 anos completos);
- FICHA DE SAÚDE;

TODOS OS DOCUMENTOS DEVEM SER ENVIADOS ATÉ O DIA 10 DE JANEIRO



CONHECE A H10 ESCOLA DE HANDEBOL?



**UM LUGAR PARA SE
APAIXONAR PELO ESPORTE.**



Confira no site nossas turmas e horários, e venha ser nosso(a) aluno(a)!

www.h10escoladehandebol.com.br

contato@h10sportscamp.com.br

11 2737-0948 – whats atendimento

