

jogue e ganhe pix

Que tal explorar a natureza de forma emocionante e radical em sua próxima viagem? Confira nossas dicas dos esportes mais divertidos ao ar livre e aproveite ao máximo!

Não é só o contato com a natureza entre as melhores coisas para nosso bem-estar físico e mental.

E por que não unir os dois? Não tem estresse que resista a essa bomba de endorfina.

Existem diversas modalidades de esportes de aventura na natureza, e cada vez mais cresce a procura por essa forma alternativa de turismo.

Então, se você está buscando por uma atividade de lazer, esportiva ou por uma nova aventura em sua próxima viagem, confira a seleção que preparamos com os melhores esportes radicais para praticar ao ar livre e em meio à natureza.

Além de te contar todos os benefícios envolvidos na prática, para te dar aquele incentivo.

E que tal também obter todas as vantagens da prática de atividade física e ainda praticá-las enquanto viaja pelo mundo de forma econômica? O melhor dos dois mundos, não é isso? Por meio de um voluntário da Worldpackers, plataforma que possibilita que você troque algumas horas de trabalho por estadia e outros benefícios, é possível encontrar vagas que disponibilizam alguns desses esportes de aventura de graça ou com desconto, além de poder praticá-las diversas vezes durante a viagem.

Gostou da ideia? Então descubra mais sobre esses esportes e confira as sugestões de oportunidades de voluntariado e destinos para praticá-los.

Veja também:

O que é um esporte de aventura?

Os esportes de aventura, também chamados de esportes radicais, são atividades que envolvem um certo risco calculado, e envolvem elementos como velocidade e altura, com a finalidade de despertar distintas e intensas sensações.

Geralmente, essas atividades são praticadas ao ar livre e/ou em meio à natureza, utilizando de componentes desse local, como montanhas, rios, rvores, terrenos irregulares e at; podem depender de condições; es climáticas para acontecer.

Outra característica comum dos esportes radicais é que, na maioria das vezes, eles exigem um maior preparo físico e emocional para lidar com as emoções intensas e com possíveis incon-