

Filipe Palma
AVENTURA



E o horizonte nunca mais será o mesmo!

FILIFE PALMA

Licenciado em Educação Física e Desporto pela Faculdade de Motricidade Humana, Filipe Palma está desde sempre ligado ao Desporto Aventura.

Começou a praticar Windsurf com 12 anos e faz competição desde os 19, primeiro no Campeonato Nacional de Funboard, vencendo depois o Triatlo Overpower de 1996, e ainda obtendo três 4ºs lugares no Triatlo do Peter Café Sport. Participou nesta modalidade doutras formas, nomeadamente como dirigente da Associação Portuguesa de Funboard, juiz de provas nacionais e internacionais, jornalista, e formador.



FILIPPE PALMA

Apreciador da diversidade multi-desportiva, desde sempre pratica várias modalidades de aventura entre as quais BTT, Canoagem, Vela, Surf, Mergulho, Escalada, e Esqui de Neve. O seu elevado interesse por estes desportos e a ligação permanente ao meio escolar leva-o, a partir de 1990 a envolver-se com a organização de actividades de formação para todos os escalões etários.

Realizou até à data dois grandes projectos pessoais: a “Volta ao Mundo 1999/2000” e a “Antárctida Kayak 2005”. O primeiro consistiu numa viagem durante 1 ano entre 1999 e 2000 à volta do nosso planeta utilizando a BTT como meio de deslocação preferencial em que um dos objectivos foi a prática dos seus desportos preferidos nos locais mundiais de eleição, assim como o contacto com as várias organizações dos mesmos.

Do ponto de vista profissional foi determinante pois “tive a oportunidade de aprender com os melhores desta área e sobretudo validar a experiência de organização acumulada ao longo de anos.

A expedição antárctica foi a realização de um sonho. Durante 1 semana, sozinho e em autonomia atravessei de kayak o Estreito de Gerlache localizado neste maravilhoso continente gelado.”



FILIFE PALMA

“Um estilo ao ar livre é a minha forma de estar, o meu espírito. Acima de tudo gosto de conviver com a família, amigos, e desconhecidos que todos os dias nos surpreendem com novas formas de pensar! Foi, aliás, esta realidade que me “puxou” para o projecto de Volta ao Mundo. Em cada país, ser um seu cidadão. De certa forma procuro algum desconforto cultural, que cada vez parece mais difícil de encontrar! Tenho uma forma de ser tolerante e pacífica não deixando de ser determinado.

Adoro planear como forma de sonhar mas deixando o imprevisito conduzir também a minha vida. As surpresas são na sua maior parte positivas.”



Filipe Palma



COMUNICAÇÕES E PALESTRAS

Desde o seu regresso da Volta ao Mundo em Agosto de 2000 Filipe Palma não tem parado de partilhar as suas experiências de aventura com os mais variados públicos.

As suas comunicações e palestras, normalmente acompanhadas pelas suas magníficas e originais fotografias têm cativado não só o público em geral mas também os públicos específicos escolares e empresariais.

Neste último contexto destaca-se a sua participação em 2006 como orador convidado do **Kick-off da IBM** e do **IBS Customer Summit** e em 2007 na reunião de quadros superiores da **Sonae Sierra**.



FILIFE PALMA

Aventureiro e cidadão do mundo as suas comunicações são apaixonadas e apaixonantes.



COMUNICAÇÕES E PALESTRAS

Motivação e Conquista (Achievment)

Tópicos

Sonhar alto e tentar – Muitos nós sonhamos com grandes realizações, com grandes projectos, mas muitas vezes nem sequer chegamos a tentar. Filipe Palma conta-nos como foi aquela noite em que não conseguiu dormir – tinha sonhado com uma Volta ao Mundo...e um dia teve que partir.

Traçar objectivos e planear – Se nunca desejarmos chegar a lado nenhum a probabilidade é não chegarmos mesmo. Filipe Palma explica-nos como traçou os seus objectivos, como planeou atingi-los e o prazer que isso lhe deu – “Planear é viver pelo menos duas vezes!”



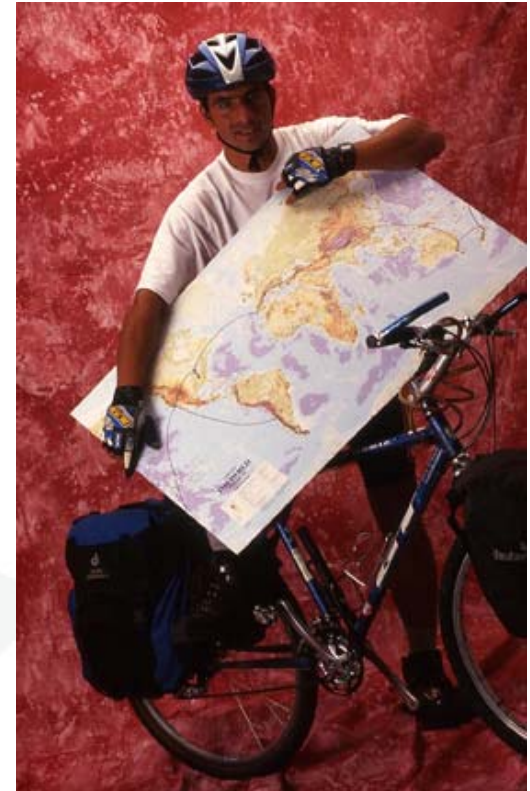
COMUNICAÇÕES E PALESTRAS

Motivação e Conquista (Achievment)

Tópicos

Determinação e persistência – Acreditar é fundamental para seguir um caminho, seja ele qual for. Filipe Palma revela-nos como nunca quis desistir do seu e como foi capaz de resistir aos maiores obstáculos.

Disponibilidade, adaptabilidade e integração – Nunca os projectos correm como esperamos e por mais que planeemos surgem sempre imprevistos. Estarmos disponíveis para encará-los, para nos adaptarmos, para nos integrarmos é o que vai fazer a diferença no nosso balanço. Filipe Palma acampou com curdos, ficou em casa de iranianos, comunicou com chineses e tibetanos, sorriu com nepaleses. E explica-nos porque é que “procura o desconforto cultural”.



COMUNICAÇÕES E PALESTRAS

Motivação e Conquista (Achievment)

Tópicos

Plenitude – Só quem se expõe às dificuldades e tenta superá-las sente a imensa recompensa interior que isso representa. Filipe Palma conta-nos como teve que remar para a vida e porque é que 1 semana totalmente sozinho na Antárctida não foi suficiente.

Partilhar – E qual o sentido de ficar com estas experiências só para si? Porque não partilhá-las quando ele próprio foi inspirado por muitos outros?



CURRÍCULO DESPORTIVO / AVENTURA

2006 - Patagónia e Terra do Fogo IV – (guia de grupo)

2005 - **Antártida III - Kayak - Expedição em kayak solo em auto-suficiência durante 1 semana**

2003 - Patagónia e Terra do Fogo III – Trekking (guia de grupo)

Antártida II – Vela

Açores III – BTT

2002 - Patagónia e Terra do Fogo II – Trekking e Kayak

Açores II – BTT e Kayak

2001 - Antártida I – Vela

Nepal II – Kayak

Açores I – BTT

Travessia solo S. Martinho do Porto – Ilha da Berlenga – S. Martinho do Porto em Windsurf

Nepal III – Trekking, Kayak e BTT

2000 - Cabo Horn à Vela

1999/2000 - **Volta ao Mundo incluindo 10000 Km de BTT**

1998/2004 - 5 participações no Triatlo do Peter Café Sport entre as quais três 4^{os} lugares

1996 - Vencedor do Triatlo Over Power (Windsurf, BTT e Escalada)

1989/94 - 6 participações no Campeonato Nacional de Funboard tendo numa delas atingido o 7^o lugar da Classificação Geral