

Espírito de equipe

Categories : [Eco - Ar Livre](#)

Na maioria dos esportes de aventura, de nada adianta ter condicionamento físico, preparo psicológico e bons equipamentos, se faltar espírito de equipe. É o que explica a colunista Ana Araújo, dando exemplos práticos de várias modalidades que seguem à risca o lema "[um por todos e todos por um](#)".