

## **Atividades /Activities**

PT Ao longo da semana, os hóspedes podem participar num programa variado de atividades pensado para promover o bem-estar, o convívio e a diversão. O programa inclui caminhadas em família e pela Falésia, sessões de Aqua Fitness, Yoga, Mat Pilates e automassagem. Para quem procura momentos mais descontraídos, existem também jogos em família, miniolimpíadas, jogos na piscina, petanca, bingo, quizzes e noites de karaoke. As atividades criativas incluem pintura com vinho, pintura intuitiva e desafios musicais, enquanto as noites são animadas com música ao vivo no bar.

EN Throughout the week, guests can enjoy a varied programme of activities designed to promote wellbeing, social interaction and entertainment. The programme includes family walks, cliff walks, Aqua Fitness, Yoga, Mat Pilates and self-massage sessions. Guests can also take part in family games, mini-Olympics, pool games, French bowls, bingo, quiz nights and karaoke. Creative experiences include wine painting, intuitive painting and music challenges, while the evenings are complemented by live music at the bar.

## **Regras de Higiene e Segurança / Hygiene & Safety Rules**

PT As atividades requerem um mínimo de dois participantes para a sua realização. Algumas experiências, como o Yoga na Praia, estão sujeitas a reserva prévia. Recomenda-se o uso de roupa e calçado confortáveis, bem como protetor solar nas atividades ao ar livre. O programa poderá sofrer alterações sem aviso prévio devido às condições meteorológicas ou por motivos operacionais.

EN Activities require a minimum of two participants to take place. Some experiences, such as Beach Yoga, require prior registration. Comfortable clothing and suitable footwear are recommended, and sunscreen should be used during outdoor activities. The programme is subject to change without prior notice due to weather conditions or operational requirements.

# AGENDA

THE  
**PATiO**  
SUITE HOTEL