

MONCHIQUE RESORT

AGENDA

JULHO

JULY



Informamos que todas as atividades devem ser marcadas com antecedência. Existem, em algumas atividades, um número limitado de participantes. Para mais informação, por favor, consulte a nossa equipa de atividades na Hiking Station. Também recomendamos atividades externas, mediante custo adicional. Todas as atividades estão sujeitas a alteração sem aviso prévio e quando realizadas ao ar livre estão dependentes das condições meteorológicas. All activities must be booked in advance. There is a limited number of guests per activities, please consult the activities team at Hiking Station for further information. We also provide outsourcing activities at extra cost. All activities are subject to change without prior notice and when performed outdoors are weather dependent.

SEGUNDA MONDAY

Caminhada da Fóia
Fóia walk
09:00 - 12:00
Lobby

Circuito Ginásio
Gym Circuit
11:00 - 12:00
Ginásio

Cosméticos Naturais*
Natural Cosmetics
15:00 - 16:00
Spa

Voleibol em família
Family Volleyball
16:30 - 17:30
Yoga Deck

SEXTA FRIDAY

Caminhada dos Passadiços
Passadiços Walk
09:00 - 12:00
Lobby

Abdominais
Core
15:30 - 16:00
Sala Zen

Kids Movie Night
20:00 - 22:00
Sala Zen

TERÇA TUESDAY

HIIT Class
10:00 - 10:30
Sala Zen

Pilates
15:30 - 16:30
Sala Zen

Abdominais
Core
17:00 - 17:30
Sala Zen

SÁBADO SATURDAY

Yoga
09:30 - 10:30
Sala Zen

HIIT Class
11:30 - 12:00
Sala Zen

Torneio Ping-Pong
Ping-Pong Tournament
15:00 - 16:00
Sala Zen

Cozinha Workshop*
Kitchen Workshop
16:30 - 17:30

QUARTA WEDNESDAY

Caminhada Miradouros
View Point Walk
09:00 - 10:30
Lobby

Bootcamp
11:30 - 12:30
Lobby

Cocktail LAB*
16:00 - 16:30
Mezzanine Bar

Yoga
17:00 - 18:00
Sala Zen

DOMINGO SUNDAY

Caminhada às Caldas
Caldas walk
09:00 - 10:00
Lobby

Alongamentos
Stretching
11:00 - 11:30
Sala Zen

Bootcamp
15:00 - 16:00
Lobby

Futebol em família
Family Football
16:30 - 17:30
Yoga Deck

QUINTA THURSDAY

Caminhada às Caldas
Caldas Walk
09:00 - 10:00
Lobby

Pilates
11:00 - 12:00
Sala Zen

Alongamentos
Stretching
15:30 - 16:00
Sala Zen

*Marcações para os Workshops até às 13h do próprio dia.
Bookings for Workshops until 1pm on the same day.