



**PORTUGUÊS**  
**ENGLISH**  
**ESPAÑOL**



## WELLNESS | MIND, BODY & SOUL | PROGRAMA DE 3 DIAS, 2 NOITES

RECONECTAR-SE CONSIGO E COM A NATUREZA É UM DOS OBJETIVOS DESTA RETIRO ONDE JUNTAMOS OUTRAS ATIVIDADES DE BEM-ESTAR.

TODA A ENVOLVÊNCIA ALIADO ÀS PRÁTICAS QUE VÃO CONTRIBUIR PARA HARMONIZAR O CORPO, A MENTE E O ESPÍRITO ASSIM COMO AS DELICIOSAS REFEIÇÕES

MIME-SE COM ESTE RETIRO REVIGORANTE, DEDICADO AO PROFUNDO RELAXAMENTO E BEM-ESTAR.

### DESDE

CORK SHELTER: 325.00€ | TENDA GLAMPING: 310.00€

### ESTA OFERTA INCLUI OS SEGUINTE SERVIÇOS:

2 noite alojamento em regime de meia pensão para 2 adultos (Farm to table/ vegetariano)

Welcome treat: Cesta Fruta e Sumo Natural no alojamento

Snack à tarde com chá, fruta & frutos secos

Garrafa de água mineral no alojamento a chegada

2 sessões de yoga

Wellness Circuito ilimitado (jacuzzi, sauna e hammam)

2 massagens de relaxamento

Internet Wi-Fi

10% de desconto nos pratos principais do menu à la carta do Cadafaz Restaurante & Sky Lounge

25% de desconto no menu de massagens corporais do Wellness Centre

### SUGESTÃO DE ITINERÁRIO

#### Dia 1

Check-in

Welcome treat no alojamento à chegada

Passeio pelos passadiços do Alamal ao por do sol

Jantar no Restaurante Cadafaz & Sky Lounge

#### Dia 2

Pequeno-almoço

Respirar o ar fresco da manhã

Sessão de yoga

Snack à tarde

Jantar no Restaurante Cadafaz & Sky Lounge

#### Dia 3

Pequeno-almoço

Abraçar uma árvore

Sessão de yoga

Circuito Wellness e massagens de relaxamento

Late check-out (mediante disponibilidade)



### TERMOS & CONDIÇÕES

Válido de domingo a sexta. Suplemento para fim de semana mediante pedido.

Não válido para época alta (junho, julho e agosto) e datas festivas.

Preço em euros para 2 adultos, incluindo IVA à taxa atual, válido para 2023.

Suplemento individual mediante pedido. Suplemento de pessoa extra mediante pedido.

Suplemento de noite extra para 2 adultos em regime de alojamento e pequeno-almoço:

CORK SHELTER: 99.00€ | TENDA GLAMPING: 90.00€

Meia pensão: Farm to table/ vegetariano com pratos sugestão.

As restrições alimentares devem ser comunicadas para que possamos atender de forma adequada.

1 sessão de yoga de 50 minutos por dia. Nível de dificuldade (Iniciante | Intermédio | Avançado) a definir com a professora. Tipo de yoga a definir com a professora.

As sessões de yoga serão agendadas mediante solicitação e confirmação de disponibilidade da nossa parte.

1 massagem de relaxamento de 30 minutos por pessoa.

Snack disponível no segundo dia de programa, mediante agendamento de hora.

Todos os serviços incluídos no programa devem ser agendados no momento da reserva para assegurar disponibilidade.

Não acumula com outras ofertas ou promoções oficiais.

Após confirmação escrita do programa pelo departamento de reservas, os programas podem ser sujeitos a alterações e ajustamentos sazonais.

Todas as reservas e cancelamentos devem ser solicitados por escrito por e-mail.

Toda a informação contida neste documento está sujeita a alterações sem aviso prévio.

### POLÍTICA DE RESERVA E CANCELAMENTO:

As reservas são apenas tomadas como confirmadas após o pagamento de 100% do valor total por transferência bancária ou fornecimento dos dados de cartão de crédito.

As reservas podem ser alteradas ou canceladas num prazo superior a 3 dias antes da data de chegada. Em caso de cancelamento após 3 dias antes do check-in, ser-lhe-á cobrado 100% do valor da reserva. Em caso de não comparência ou saída antecipada será cobrado 100% do valor da reserva.

### RESERVAS

TELEFONE (CHAMADA PARA REDE FIXA NACIONAL): +351 241 247 360

TELEMÓVEL (CHAMADA PARA REDE MÓVEL NACIONAL) E WHATSAPP: +351 924 289 410

E-MAIL RECEÇÃO : [rececao@gaviaonaturevillage.com](mailto:rececao@gaviaonaturevillage.com)

E-MAIL RESERVAS : [reservas@gaviaonaturevillage.com](mailto:reservas@gaviaonaturevillage.com)



## WELLNESS | MIND, BODY & SOUL | 3 DAYS, 2 NIGHTS PROGRAMME

RECONNECTING WITH YOURSELF AND WITH NATURE IS ONE OF THE GOALS OF THIS RETREAT WHERE WE JOIN OTHER WELLBEING ACTIVITIES.

ALL THE SURROUNDINGS TOGETHER WITH THE PRACTICES THAT WILL CONTRIBUTE TO HARMONIZE BODY, MIND AND SPIRIT AS WELL AS THE DELICIOUS MEALS.

PAMPER YOURSELF WITH THIS INVIGORATING RETREAT, DEDICATED TO DEEP RELAXATION AND WELL-BEING.

### FROM

CORK SHELTER: 325.00 EUROS | GLAMPING TENT: 310.00 EUROS

### THIS OFFER INCLUDES THE FOLLOWING SERVICES:

2 nights accommodation on half board for 2 adults (Farm to table / vegetarian)

Welcome treat: Fruit basket and natural juice in the accommodation

Afternoon snack with tea, fruit & nuts

Bottle of mineral water in the accommodation on arrival

2 Yoga sessions

Wellness Circuit (jacuzzi, sauna and hammam)

2 relaxation massages

Wi-Fi Internet

10% off on the main dishes of the à la carte menu at Cadafaz Restaurant & Sky Lounge

25% off on the Wellness Centre body massage menu

### SUGGESTED ITINERARY

#### Day 1

Check-in

Welcome treat in the accommodation on arrival

Sunset walk along the Alamal passageways

Dinner at Cadafaz Restaurant & Sky Lounge

#### Day 2

Breakfast

Breathing the fresh morning air

Yoga session

Afternoon snack

Dinner at Cadafaz Restaurant & Sky Lounge

#### Day 3

Breakfast

Tree hugging

Yoga session

Wellness circuit and relaxation massages

Late check-out (subject to availability)



### TERMS & CONDITIONS

Valid from Sunday to Friday. Supplement for weekend upon request.  
Not valid for high season (June, July and August) and festive dates.  
Price in euros for 2 adults including VAT at the current rate, valid for 2023.

Individual supplement on request. Extra person supplement on request.  
Extra night supplement for 2 adults on bed and breakfast basis:  
CORK SHELTER: €99.00 | GLAMPING TENT: €90.00

Half board: Farm to table/ vegetarian with suggested dishes.  
Any dietary restrictions should be communicated so that we can cater appropriately.

1 yoga session of 50 minutes per day. Level of difficulty (Beginner | Intermediate | Advanced) to be defined with the teacher. yoga type to be defined with the teacher.  
The yoga sessions will be scheduled upon request and confirmation of availability on our part.

One 30-minute relaxation massage per person.

Snack available on the second day of the programme, by appointment.

All services included in the programme must be booked at the time of booking to ensure availability.

Does not accumulate with other official offers or promotions.  
Upon written confirmation of the programme by the reservations department, programmes may be subject to seasonal changes and adjustments.  
All reservations and cancellations must be requested in writing by email.  
All information contained herein is subject to change without notice.

### RESERVATION AND CANCELLATION POLICY:

Reservations are only taken as confirmed after 100% payment of the total amount by bank transfer or provision of credit card details.

Reservations can be changed or cancelled more than 3 days before the arrival date. In case of cancellation after 3 days before check-in, you will be charged 100% of the reservation value. In case of no-show or early departure you will be charged 100% of the reservation value.

### RESERVATIONS

TELEPHONE (CALL FOR NATIONAL LANDLINE): +351 241 247 360

MOBILE PHONE (CALL FOR NATIONAL MOBILE LINE) AND WHATSAPP: +351 924 289 410

RECEPTION E-MAIL: [rececao@gaviaonaturevillage.com](mailto:rececao@gaviaonaturevillage.com)

RESERVATIONS E-MAIL: [reservas@gaviaonaturevillage.com](mailto:reservas@gaviaonaturevillage.com)



## WELLNESS | MIND, BODY & SOUL | PROGRAMA DE 3 DÍAS, 2 NOCHES

RECONECTAR CON UNO MISMO Y CON LA NATURALEZA ES UNO DE LOS OBJETIVOS DE ESTE RETIRO EN EL QUE NOS UNIMOS A OTRAS ACTIVIDADES DE BIENESTAR.

TODO EL ENTORNO JUNTO CON LAS PRÁCTICAS QUE CONTRIBUIRÁN A ARMONIZAR CUERPO, MENTE Y ESPÍRITU, ASÍ COMO LAS DELICIOSAS COMIDAS. MÍMESE CON ESTE VIGORIZANTE RETIRO, DEDICADO A LA RELAJACIÓN PROFUNDA Y EL BIENESTAR.

DESDE

CORK SHELTER: 325.00€ | TIENDA GLAMPING: 310.00€

### ESTA OFERTA INCLUYE LOS SIGUIENTES SERVICIOS:

- 2 noches de alojamiento en régimen de media pensión para 2 adultos (Farm to table / vegetariana)

Welcome treat: Cesta de fruta y zumo natural en el alojamiento

Merienda con té, fruta y frutos secos

Botella de agua mineral en el alojamiento a la llegada

2 sesiones de yoga

Circuito Wellness (jacuzzi, sauna y hammam)

2 masajes relajantes

Internet Wi-Fi

10% de descuento en los platos principales el menú a la carta de Cadafaz Restaurante & Sky Lounge

25% de descuento en el menú de masajes corporales del Centro Wellness

### ITINERARIO SUGERIDO

#### Día 1

Check-in

Welcome treat en el alojamiento a la llegada

Paseo al atardecer por los pasadizos del Alamal

Cena en Cadafaz Restaurant & Sky Lounge

#### Día 2

Desayuno

Respirando el aire fresco de la mañana

Sesión de yoga

Merienda

Cena en Cadafaz Restaurant & Sky Lounge

#### Día 3

Desayuno

Abrazo a los árboles

Sesión de yoga

Circuito de bienestar y masajes relajantes

Late check-out (sujeto a disponibilidad)





### TERMINOS & CONDICIONES

Válido de domingo a viernes. Suplemento por fin de semana a petición.  
No válido en temporada alta (junio, julio y agosto) ni en fechas festivas.  
Precio en euros para 2 adultos, IVA incluido al tipo vigente, válido para 2023.

Suplemento individual previa solicitud. Suplemento por persona extra bajo petición.  
Suplemento por noche extra para 2 adultos en régimen de alojamiento y desayuno:  
CORK SHELTER: 99,00 EUROS | TIENDA GLAMPING: 90,00 EUROS

Media pensión: De la granja a la mesa/ vegetariana con platos sugeridos.  
Cualquier restricción dietética debe comunicarse para que podamos atenderla adecuadamente.

1 sesión de yoga de 50 minutos al día. Nivel de dificultad (Principiante | Intermedio | Avanzado) a definir con la profesora. Tipo de yoga a definir con la profesora.  
Las sesiones de yoga se programarán previa solicitud y confirmación de disponibilidad por nuestra parte.

Un masaje de relajación de 30 minutos por persona.

Merienda disponible el segundo día del programa, previa cita.

Todos los servicios incluidos en el programa deben reservarse en el momento de efectuar la reserva para garantizar la disponibilidad.

No acumulable a otras ofertas o promociones oficiales.

Previa confirmación por escrito del programa por parte del departamento de reservas, los programas pueden estar sujetos a cambios y ajustes estacionales.

Todas las reservas y cancelaciones deben solicitarse por escrito por correo electrónico.

Toda la información aquí contenida está sujeta a cambios sin previo aviso.

### POLÍTICA DE RESERVAS Y CANCELACIONES:

Las reservas sólo se tomarán como confirmadas tras el pago del 100% del importe total mediante transferencia bancaria o facilitación de los datos de la tarjeta de crédito.

Las reservas pueden modificarse o cancelarse más de 3 días antes de la fecha de llegada. En caso de cancelación después de 3 días antes del check-in, se le cobrará el 100% del valor de la reserva. En caso de no presentarse o de salida anticipada, se le cobrará el 100% del valor de la reserva.

### RESERVAS

TELÉFONO (LLAMADA NACIONAL DE LÍNEA FIJA): +351 241 247 360

TELÉFONO MÓVIL (LLAMADA A RED MÓVIL NACIONAL) Y WHATSAPP: +351 924 289 410

E-MAIL RECECIÓN : [rececao@gaviaonaturevillage.com](mailto:rececao@gaviaonaturevillage.com)

E-MAIL RESERVAS : [reservas@gaviaonaturevillage.com](mailto:reservas@gaviaonaturevillage.com)