

Awaken Your Senses

RETIRO TRANSFORMADOR DE 2 NOITES





à dire tes excuses / Motiver votre esprit et le corps le suivre

Success is the sum of small efforts - repeated day

Awaken Your Senses

RETIRO TRANSFORMADOR DE 2 NOITES

Redescubra o seu equilíbrio e serenidade num retiro exclusivo de 2 noites, cuidadosamente desenhado para restaurar corpo e mente. Através de práticas holísticas, tratamentos revigorantes e momentos de pura tranquilidade, entregue-se a uma experiência transformadora que promove um profundo bem-estar.

O PROGRAMA

CHEGADA & BOAS-VINDAS

Receção personalizada e bebida de boas-vindas com a terapeuta que o acompanhará ao longo do retiro.

Sessão de Yoga 18h

Uma prática de 60 minutos para libertar tensões e restaurar a paz interior.

Jantar 20h

Uma refeição nutritiva no restaurante Sem Porta, com bebidas não alcoólicas incluídas.





DIA 1

Sessão de Pilates Reformer 08h

Uma aula de 60 minutos focada na força e no alinhamento postural.

Pequeno-almoço 10h

Uma refeição nutritiva e equilibrada para começar o dia com vitalidade.

Atividades de Bem-Estar & Tempo Livre

Passeie pelo resort, explore de bicicleta ou desfrute de uma caminhada à beira-mar para se conectar com a natureza.

Almoço Leve 13h

Uma seleção de opções saudáveis e revitalizantes no Bar do Sem Porta.

Acesso ao Spa 15h

Um momento de serenidade para relaxar antes do seu tratamento.

Tratamento Corporal 16h

Uma sessão de 80 minutos para um relaxamento profundo e renovação.

Jantar 19h30

Uma refeição deliciosa no restaurante Sem Porta, com bebidas não alcoólicas incluídas.



Sublime the thoughts that show you may lose track of time

DIA 2

Sessão de Yoga & Meditação 07h

Uma aula especial de 90 minutos para cultivar equilíbrio e serenidade.

Tratamento Corporal 09h

Um ritual de 50 minutos para despertar o corpo e revitalizar os sentidos.

Pequeno-almoço 10h30

Um momento de nutrição e prazer antes da partida.

Check-out 12h00

Saia revigorado, com uma renovada sensação de harmonia e energia interior.

Aprimore a sua experiência

Para um retiro ainda mais envolvente, desfrute de um banho de imersão no conforto do seu quarto, enriquecido com sais revitalizantes, para um verdadeiro momento de relaxamento e renovação.







Este retiro é um convite
para reconectar-se consigo mesmo
e revelar a sua essência mais Sublime.

Preços a partir de 1200€ | 2 noites de alojamento em quarto standard.
Sujeito a disponibilidade.

reservations@sublimecomporta.pt

Pré-pagamento obrigatório no momento da reserva, com política
de cancelamento aplicada conforme a época em vigor.

