



Serenity
The Art of Well Being

WELLBEING PROGRAMS

#THEARTOFWELLBEING



Programas de Bem-Estar

O **Serenity – The Art of Well Being** convida-o a embarcar nesta jornada única de auto-conhecimento, com uma abordagem holística de bem-estar incorporando corpo, mente e alma, trazendo o equilíbrio para o seu estilo de vida. Escolha o seu programa de bem-estar hoje e junte-se a nós para atingir os seus objectivos de saúde e bem-estar.

Wellbeing Programs

Serenity – The Art of Well Being invites you to embark upon an unique journey of self-discovery with an holistic approach to wellbeing, incorporating body, mind and soul, to bring a healing balance to your lifestyle. Choose a wellbeing program today and join us in attaining your health and wellbeing goals.

Prémios

Desde 2016, o **Serenity – The Art of Well Being** já conquistou mais de uma dezena de prémios. Entre eles destacam-se “Portugal’s Best Wellness Retreat”, “Portugal’s Best Destination Spa” e “Luxury Hideaway Spa”.

Awards

Since 2016, **Serenity – The Art of Well Being** has won more than a dozen awards. “Portugal’s Best Wellness Retreat”, “Portugal’s Best Destination Spa” and “Luxury Hideaway Spa” stand out among all.

EXPLORE NATURE

As actividades ao ar livre deste programa foram cuidadosamente pensadas para proporcionar uma experiência revigorante: passeios de bicicleta por trilhos pitorescos e paisagens deslumbrantes; aulas de bootcamp para fortalecer e tonificar o corpo; caminhadas e corridas com vistas espetaculares das falésias e o som calmante das ondas como fundo. Respirar o ar fresco do oceano enquanto cuida da sua saúde física e mental, a oportunidade ideal para se conectar com a beleza natural que nos rodeia.

Opte por uma das experiências de 3 ou 5 noites.

The outdoor activities in this program have been carefully thought out to provide an invigorating experience: bike rides through picturesque trails and stunning landscapes; bootcamp classes to strengthen and tone the body; walks and runs with spectacular views of the cliffs and the calming sound of waves in the background.

Breathe in the fresh ocean air while taking care of your physical and mental health, the ideal opportunity to connect with the natural beauty that surrounds us.

Choose from 3 or 5 nights.

#explorenature
#theartofwellbeing
#serenityspa

Pequeno-almoço incluído durante a estada. | Breakfast included during the stay





EXPLORE NATURE

1 Boas-vindas e Introdução

1 Produto de Venda Personalizado

1 Passeio de Bicicleta 90min

1 Corrida/Caminhada na Falésia 60min

1 Bootcamp 30min

1 Massagem Abhyanga 50min

1 Massagem Sentir o Algarve 50min

Acesso ao Oásis Termal

3 NOITES | 3 NIGHTS

Guest Welcome and Introduction

1 Personalized Retail Product

1 Bike Tour 90min

1 Run / Walk on the Cliffs 60min

1 Bootcamp 30min

1 Abhyanga Massage 50min

1 Senses of the Algarve Massage 50min

Thermal Oasis Access

Boas-vindas e Introdução

1 Produto de Venda Personalizado

2 Passeios de Bicicleta 120min

2 Corridas / Caminhadas na Falésia 60min

1 Bootcamp 60min

1 Bootcamp 30min

1 Massagem Abhyanga 50min

1 Massagem Holística 50min

1 Banho Serenity 20min

1 Facial de Cristais Ila 50min

1 Massagem Sentir o Algarve 50min

Acesso ao Oásis Termal

5 NOITES | 5 NIGHTS

1 Guest Welcome and Introduction

1 Personalized Retail Product

2 Bike Tour 120min

2 Run / Walk on the Cliffs 60min

1 Bootcamp 60min

1 Bootcamp 30min

1 Abhyanga Massage 50min

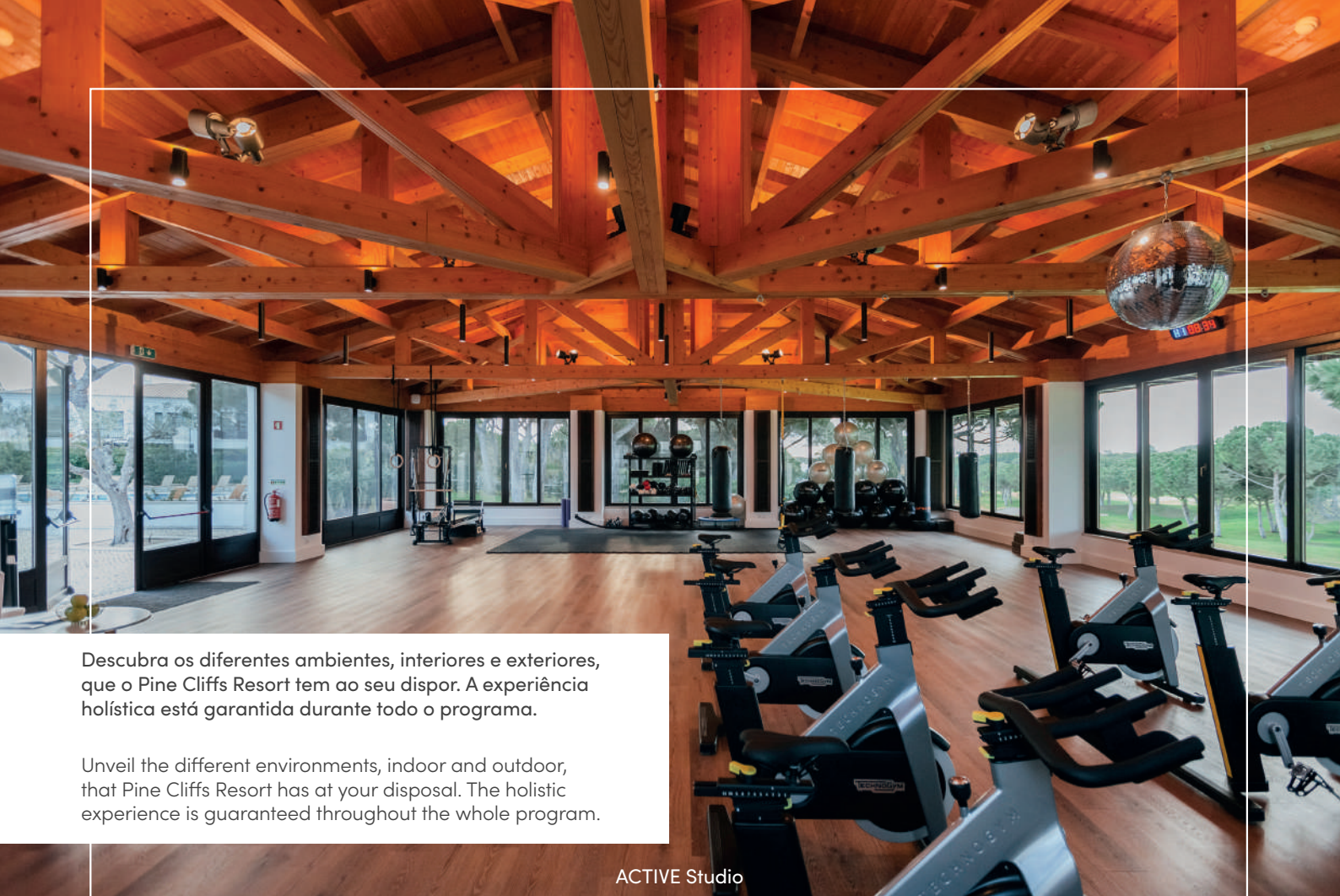
1 Holistic Massage 50min

1 Serenity Bath 20min

1 Ila Crystal Healing Facial 50min

1 Senses of the Algarve Massage 50min

Thermal Oasis access



Descubra os diferentes ambientes, interiores e exteriores, que o Pine Cliffs Resort tem ao seu dispor. A experiência holística está garantida durante todo o programa.

Unveil the different environments, indoor and outdoor, that Pine Cliffs Resort has at your disposal. The holistic experience is guaranteed throughout the whole program.

ACTIVE Studio



Health Club
Active by Serenity



Tabu Garden



Zest Restaurant



Falésia Beach



Thermal Oasis at
Serenity - The Art of Well Being

Quer opte por ficar num apartamento ou numa moradia privada, a segurança e tranquilidade estão asseguradas.

Whether you choose to stay in an apartment or a private villa, safety and tranquility are guaranteed.

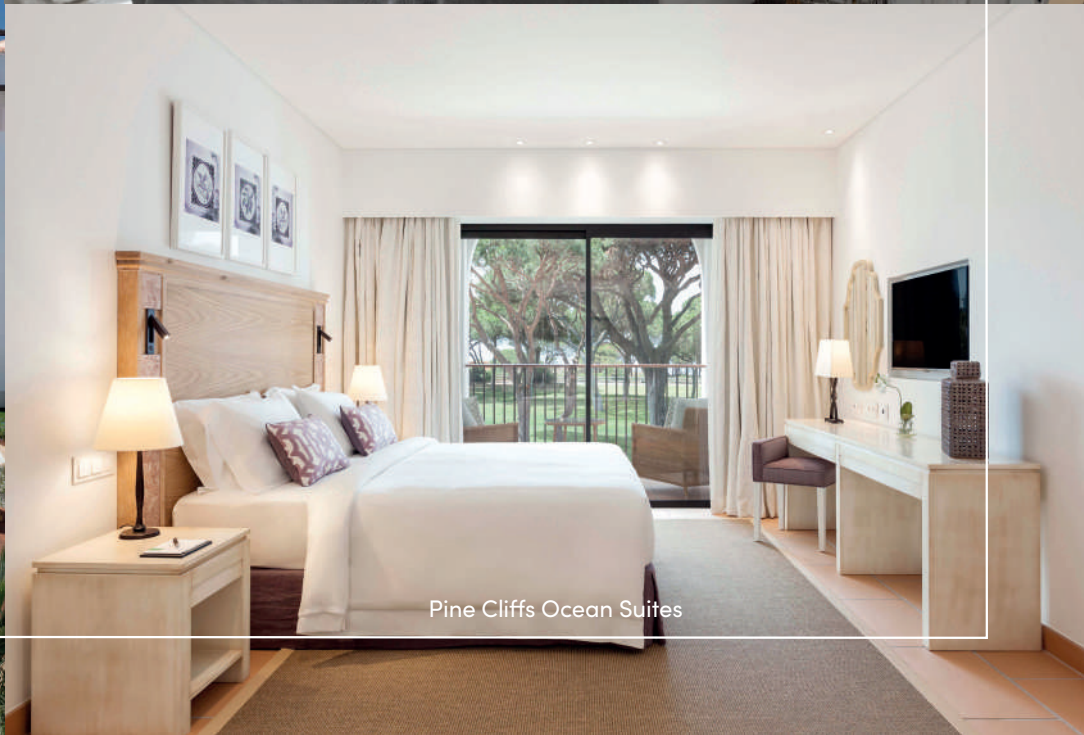


Pine Cliffs Villas

Pine Cliffs Ocean Suites



Pine Cliffs Villas



Pine Cliffs Ocean Suites

BOOKING CONDITIONS



CONDIÇÕES DE RESERVA

. Os Programas de Bem-Estar Detox, Fitness Journey, Weight Management, Serenity Retreat incluem acomodação completa com conceito de alimentação saudável de acordo com o plano alimentar definido pela nutricionista (bebidas não incluídas), Health Club ACTIVE by Serenity (ginásio, piscina interior, sauna, banho turco e jacuzzi), piscinas exteriores e praia.

. Os Programas de Bem-Estar Yoga, Pilates, Bootcamp Insanity, Explore Nature e Digital Detox incluem apenas pequeno-almoço, Health Club ACTIVE by Serenity (ginásio, piscina interior, sauna, banho turco e jacuzzi), piscinas exteriores e praia.

. Os programas deverão ser reservados com uma antecedência mínima de 5 dias em relação à data de chegada.

. Os programas estão disponíveis durante todo o ano.

. As taxas de cancelamento aplicam-se aos programas de bem-estar e reservas de acomodação.

. Os programas podem ser cancelados por e-mail, de forma gratuita, até 8 dias antes da chegada. Caso o cancelamento ocorra até 7 dias antes da chegada, será cobrado 100% do valor total.

Aulas de Fitness de Grupo - Yoga não incluído.

. The Detox, Fitness Journey, Weight Management, and Serenity Retreat Wellness Programs include full accommodation with a healthy eating concept, following the dietary plan set by the nutritionist (beverages not included), access to the ACTIVE by Serenity Health Club (gym, indoor pool, sauna, steam room, and jacuzzi), outdoor pools, and beach access.

. The Yoga, Pilates, Bootcamp Insanity, and Explore Nature and Digital Detox Wellness Programs include only breakfast, access to the ACTIVE by Serenity Health Club (gym, indoor pool, sauna, steam room, and jacuzzi), outdoor pools, and beach access.

. Retreats should be booked up to a minimum of 5 days prior to the arrival date.

. Retreats are available all year round.

. Cancellation charges apply to both wellbeing retreats and accommodation bookings.

. Retreats may be cancelled up to 8 days before arrival via e-mail without any fee. If cancellation occurs within 7 days before arrival, 100% of the total booked stay will be charged. No-Shows will be charged at 100% of the total booked stay.

Fitness Group Classes - Yoga not included.



Serenity
The Art of Well Being



PINE CLIFFS RESORT
ALGARVE

ACTIVE
by Serenity

THE
LUXURY
COLLECTION

Reservas | Reservations

Tel. +351 289 500 102/5 | pinecliffs.reservations@pinecliffs.com
Apartado 887, 8200-912 Albufeira, Portugal



www.serenity-spa.com