



SESSÕES DE SUP (STAND UP PADDLE EM ÁGUAS PARADAS)

DESTINATÁRIOS

As sessões de SUP destinam-se a pessoas a partir dos 8 anos, com níveis de aprendizagem diferenciados. Cada grupo – constituído com base na idade e no nível de aprendizagem do praticante -, até 5 pessoas, é acompanhado por um professor. Também é possível realizar sessões privadas para 1 ou 2 pessoas.

MATERIAL

SUPboard, fato, leash, wax, t-shirt, remo e colete salva-vidas.

AMENITIES

Manta, protetor solar, chuveiro, infusão quente ou fria.

LOCAL

As sessões decorrem, preferencialmente, na Praia de Santa Cruz. No entanto, atendendo às necessidades de cada nível e às condições do mar, as sessões poderão ser lecionadas na Lagoa de Óbidos, Barragem de São Domingos ou Barragem do Rio Arnóia. A deslocação será feita a pé ou numa van disponibilizada para o efeito, dependendo do local da prática.

CONDICIONANTES

Condições atmosféricas.
Limitações físicas e de saúde.
Reservas mediante disponibilidade.
Cancelamentos de reservas até 48h de antecedência.
Marcações no local até 24h antes e mediante disponibilidade.

DURAÇÃO

A sessão tem uma duração total de 4 horas, desde a saída até à chegada à Surf House. Se for necessária deslocação para a Lagoa de Óbidos, poderá durar até 6 horas.

PREÇO

€65 / pax | em grupo

€100 / pax | sessões personalizadas de 2 pax

€155 / pax | sessões individuais