

# Magical Moments this Summer

Vous n'allez pas trouver le temps long avec notre programme d'activités. Vous allez notamment pouvoir passer d'arbre en arbre sur les tyroliennes du Forest Park ou savourer des grands crus gouleyants lors de nos dégustations de vins du terroir.



**PGA CATALUNYA**  
GOLF AND WELLNESS

# Wellness Workshops



## Atelier Bien bronzer

*Vous aimeriez savoir comment obtenir un superbe bronzage estival ? Notre thérapeute vous donne des conseils pour obtenir un bronzage durable et naturel en simulant votre mélanine.*

**Prix**  
Gratuit.  
Maximum 10 personnes.

**Jours**  
4 et 24 juin

**Heure**  
16h00 (durée 1 heure)

**Espace**  
Wellness Centre Studio



## Séances de thérapie vibratoire

*Les vibrations dans l'eau offrent une expérience sans pareille. En donnant aux invités un sentiment de bien-être, de relaxation et de tranquillité, les propriétés curatives de l'eau par la thérapie vous laisseront une sensation de calme avec moins de stress et d'anxiété.*

**Prix**  
120 € par session  
(sessions individuelles)

**Jours**  
les jeudis du mois de juillet

**Heure**  
11h00 - 14h00 et 15h00 - 20h00

**Espace**  
piscine du Wellness Centre



## Cosmétique faciale

*Une bonne routine de visage est une partie très importante de nos soins de la peau. Notre spécialiste du visage vous expliquera comment créer une routine adaptée à votre type de peau, à votre environnement, au stress et aux émotions.*

**Prix**  
Gratuit.  
Maximum 10 personnes.

**Jours**  
2 et 8 juillet

**Heure**  
18h30 - 19h30

**Espace**  
Wellness Centre Studio



## Les toxines dans l'assiette

*Il est parfois difficile de repérer les obésogènes et les produits chimiques qui pénètrent dans notre organisme par le biais des aliments, de leur emballage, des boissons et des ustensiles de cuisine. Cet atelier vous donnera les outils dont vous avez besoin pour les éviter.*

**Prix**  
Gratuit.  
Maximum 15 personnes.

**Jour**  
15 juillet

**Heure**  
18h00 atelier en anglais  
19h00 atelier en espagnol

**Espace**  
Wellness Centre Studio



## Cosmétique capillaire

*Si vous souhaitez avoir de beaux cheveux éclatants de santé, cet atelier est fait pour vous. Paula Adán vous partagera ses conseils sur la façon de prendre soin de vos cheveux pendant l'été. Elle expliquera comment régénérer le cuir chevelu après l'été et comment le nourrir après une exposition au soleil.*

**Prix**  
Gratuit.  
Maximum 10 personnes.

**Jour**  
5 août

**Heure**  
18h30 - 19h30

**Espace**  
Wellness Centre Studio

# Événements spéciaux

Ne manquez pas l'occasion de participer aux activités uniques du programme de cette saison.

2 juillet

## Atelier émotions et peinture

*Animé par Laïa Bedós, cet atelier convient à tous les niveaux et à tous les âges - oui, les enfants aimeront aussi ce cours !*

**Prix :** 35 € par personne. Minimum 10 personnes.

**Heure :** 10h00 – 11h30

**Point de rendez-vous :** hôtel Camiral

30 juillet et 13 août

## Visite de BdeGust

*Visitez la Masia de BdeGust à Gérone et profitez d'une dégustation de quatre bières et d'une boisson surprise. Cette visite comprend un aperçu du processus de fabrication de la bière artisanale, une visite des plantations de houblon et une dégustation de bière. Transferts inclus.*

**Prix :** 18 € par personne. Minimum 6 personnes.

**Heure :** 11h00 - 12h30

**Point de rendez-vous :** hôtel Camiral

9 juillet et 27 août

## Visite à vélo S'Agaró + navette

*Faites une balade à vélo jusqu'à la plage de S'agaró sur un itinéraire pittoresque qui retrace le chemin de l'ancienne voie ferrée (vélo tandem ou vélo électrique). Après une baignade rafraîchissante dans la mer, montez dans notre navette pour retourner à la station.*

**Prix :** 35 € par personne. Minimum 8 personnes.

**Heure :** 9h00 - 14h00

**Point de rendez-vous :** hôtel Camiral

6 août et 3 septembre

## L'art de notre terre

*Atelier d'expression par la culture. Profitez d'un voyage intérieur à travers les procédés de culture de la terre. Après avoir vécu l'expérience de la cueillette d'un fruit, les participants captureront de manière artistique leurs ressentis et transformeront ce fruit ou ce légume en un objet artistique grâce à leurs mains.*

**Prix :** 20 € par personne. Minimum 6 personnes.

**Heure :** 10h00 - 12h00.

**Point de rendez-vous :** hôtel Camiral

23 juillet et 20 août

## Découverte de la diversité écologique

*Notre biologiste vous fera connaître des sites intéressants, avec un riche environnement naturel et une faune et une flore impressionnantes.*

**Prix :** 25 € par personne. Minimum 6 personnes.

**Heure :** 10h00 - 12h00

**Point de rendez-vous :** hôtel Camiral



*Veillez noter que les résidents bénéficient d'une réduction de 10 %*

# 23 juin - 11 sept.

Nous avons le plaisir d'annoncer aux clients de l'hôtel et des appartements et villas en location que toutes nos activités sont comprises dans le resort fee pour une durée limitée (15 € par chambre et par nuit). Cela concerne aussi bien les activités de groupe que les expériences individuelles, idéales pour celles et ceux qui veulent prendre le temps de prendre soin d'eux. Le programme inclut également les activités spéciales organisées le samedi, avec un thème différent chaque semaine. De même, à votre demande, nous pouvons mettre en place des initiatives adaptées à vos besoins moyennant un supplément.

Vous serez heureux d'apprendre que notre programme Stay Well comprend un itinéraire complet pour les enfants, incluant du sport et une excursion bio amusante pour profiter de la nature que PGA Catalunya a à offrir. Pour les adultes, une visite à vélo de S'Agaró, un village pittoresque de la Costa Brava, ou l'un de nos nombreux ateliers bien-être pourraient vous séduire.

Lundi	Mardi	Mercredi	Judi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Initiation au golf 9.00-10.00	Randonnée à vélo 9.00-11.00	Randonnée pédestre 9.00-10.00	Cours de fitness 9.00-10.00	Randonnée pédestre 9.00-10.00	Initiation au golf 9.00-10.00	Cours de fitness 9.00-10.00
	Observation des oiseaux 11.00-12.00	Forest Park 10.00-12.00	Randonnée à vélo 10.00-12.00	Tortues 11.00-12.00	Randonnée à vélo 9.00-11.00	Forest Park 10.00-12.00
						Démonstration de cuisine 12.00-13.00
Forest Park 15.00-17.00	Forest Park 16.00-18.00		Forest Park 15.00-17.00	Forest Park 16.00-18.00	Dégustation de vin 17.00-18.00	Course d'orientation en buggy 17.00-19.00
Camp multisport* 17.00-19.00	Mini-golf 19.00-20.00	Randonnée à vélo 18.00-20.00	Camp multisport* 17.00-19.00	Mini-golf 19.00-20.00	Foot Golf 17.00-20.00	
		Yoga au crépuscule 20.00-21.00	Champagne, huîtres et musique live 20.30-22.30	Sunset Sessions 20.30-22.30	Sunset Sessions 20.30-22.30	Sunset Sessions 20.30-22.30

■ Famille et enfants - TOGETHER WELL

■ Sport et bien-être - LIVE WELL

■ Activités bio - EXPLORE WELL

■ Gastronomie - EAT WELL

\*Non inclus dans le resort fee

Pour plus d'informations sur chacune de nos activités, veuillez contacter [CTA]

Remarque : les résidents peuvent également participer moyennant 13'5 € par activité ou 105 € pour 10 activités.

## Activités de groupe

Initiation au golf

Forest Park

Cours de fitness



### Foot Golf\*

Le Foot Golf, à la croisée du golf et du football plaira à toute la famille. En équipe ou en solo, nous vous garantissons des instants de pur plaisir.

\*Cette activité sera située au Forest Park et est disponible pour jouer tous les dimanches de 17h00 à 20h00. Le départ commence toutes les 10 minutes avec le dernier départ à 19h30.

Randonnée à vélo

Randonnée pédestre

Tortues



### Sunset Sessions

À l'approche du coucher du soleil, l'hôtel Camiral Terrace vous invite à vous détendre et à écouter de la musique en direct pour terminer la journée en beauté. Au programme, du jazz, du blues, du flamenco et bien plus encore. Les Sunset Sessions ont lieu les vendredi, samedi et dimanche.

Course

Mini-Golf

Dégustation de vin



### Champagne, huîtres et musique live

Profitez de la musique live sur la terrasse du Lounge Bar avec champagne et huîtres à partir de 20h30 tous les jeudis.

Observation des oiseaux

Yoga au crépuscule

Course d'orientation en buggy



### Démonstration de cuisine

Si vous restez en admiration devant les créations de nos chefs du restaurant 1477, n'hésitez pas à participer à une démonstration d'élaboration de délicieuses spécialités à base de riz qui sont au menu cette saison.

## Activités personnalisées

Tennis et padel

Location de vélos

Course à pied

Remarkable Trees Trail

# Sur demande

## Cours de tennis et de padel

Si vous souhaitez améliorer votre jeu, notre entraîneuse de la Tennis Academy est à votre disposition. Cours adaptés pour tous les âges à partir de 6 ans. L'équipement est fourni.

## Classe de fitness

Gardez la forme grâce aux séances dynamiques et personnalisées de nos entraîneurs. Classes adaptées à tous les niveaux

## Girona Food Tours

Découvrez les vins, la cuisine, l'histoire et toute la richesse de la culture catalane et méditerranéenne grâce à ce circuit gastronomique de quatre heures dans la ville de Gérone !

- Girona Flavours Tour (matin)

- Tapas & Wine Tour (après-midi)

## Cours de golf

Améliorez votre jeu en suivant les leçons de l'un de nos joueurs professionnels. Cours adaptés à tous les niveaux.

## Sortie en bateau

Faites une sortie en bateau pour vous détendre, d'une durée de quatre ou huit heures. Notre capitaine vous fera découvrir depuis la mer les paysages de la Costa Brava et la ville de Palamós.

# Pour les enfants et les juniors

## Kids Club

Viens jouer, dessiner, apprendre, découvrir de nouvelles choses et te faire de nouveaux copains au Kid's Club. Vos enfants vous demanderont d'y revenir à chaque fois. Disponible pour les enfants âgés de 3 à 12 ans. Nous vous recommandons de réserver au préalable

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Jeux de société 10.00-11.00	Jeux de visée 10.00-11.00	Jeux de société 10.00-11.00	Chasse au trésor 10.00-12.00	Jeux de société 10.00-11.00	Chasse au trésor 10.00-12.00	Jeux de sport 10.00-11.00
Jeux de sport 11.00-12.00	Jeu de cache-cache 11.00-12.00	Jeux de sport 11.00-12.00		Jeux de sport 11.00-12.00		Jeux olympiques 11.00-12.00
Jeux traditionnels 12.00-13.00	Aventure Bio 12.00-14.00	Jeux traditionnels 12.00-13.00	Travaux manuels 12.00-13.00	Aventure Bio 12.00-14.00	Jeux de sport 12.00-14.00	Jeux traditionnels 12.00-13.00
Travaux manuels 13.00-14.00		Travaux manuels 13.00-14.00	Jeux de cache-cache 13.00-14.00			Jeux de cache-cache 13.00-14.00

### Jeux de société

Des jeux de société calmes pour tous les niveaux et tous les âges.

### Chasse au trésor

Mets-toi au défi et trouve le trésor du PGA avant les autres !

### Jeux de sport

Essaie différents jeux et sports en courant et en t'amusant.

### Travaux manuels

Amuse-toi en faisant des travaux manuels que tu pourras emporter à la maison.

### Aventure Bio

Découvre la nature du resort avec nos moniteurs et notre biologiste.

### Jeux olympiques

Revis les Jeux olympiques avec les épreuves les plus emblématiques.

### Jeu de cache-cache

Cache-cache autour de la station.

### Jeux traditionnels

Découvre les jeux les plus drôles et les plus anciens.

### Jeux de visée

Des jeux de visée pour tous les niveaux

\*\* 2 heures incluses dans le Resort fee. Heures supplémentaires : 1h : 15 €, 2h : 25 €, 3h : 35 €, ou 4h : 40 €, .  
Veuillez noter que les résidents bénéficient d'une réduction de 10 %



## Camp multisport

Donnez à vos enfants l'occasion de s'essayer à différents sports, du football au basket, en passant par le baseball et le tennis, lors de ce camp multisport de 2 heures. Convient aux enfants de 3 à 12 ans

**Point de rencontre :** court de tennis

**Dates :** lundi et jeudi de 17h00 à 19h00

**Prix:** 20 €/personne et par jour  
80 € le pack (5 jours)

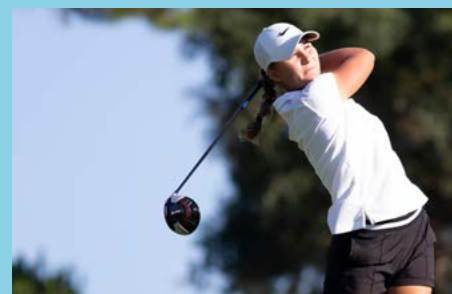


## Summer Golf Camp\*

Camp d'été de golf en plein air pour enfants et ados de 6 à 16 ans, en juillet et en août, au PGA Catalunya Golf and Wellness.

**Dates:** Du 4 juillet au 12 août 2022 (du lundi au vendredi. Prix

**Prix:** 260 € par semaine



## Junior Elite Golf Camp\*

Campus dernière génération pour juniors de 12 à 18 ans avec un handicap maximum de 15, au PGA Catalunya Golf and Wellness

**Dates:** 11 au 15 juillet / 18 au 22 juillet.

**Prix:** 600 € par semaine

*\* Nombre de places limité*

**RÉSIDENTS**

*\* Chaque activité est proposée sous réserve de disponibilité et doit être réservée par mail à [activities@pgacatalunya.com](mailto:activities@pgacatalunya.com), ou par téléphone au +34 972 470 103*

**CLIENTS DE L'HÔTEL**

*\* Chaque activité est proposée sous réserve de disponibilité et doit être réservée par mail à [activities@pgacatalunya.com](mailto:activities@pgacatalunya.com), ou par téléphone au +34 972 181 020*

*\* Nous avons mis en place des protocoles afin de vous permettre de profiter au mieux des activités en toute sécurité.*

*\* Veuillez noter que les dates et les horaires de ces activités peuvent être modifiés. Nous vous recommandons donc de réserver suffisamment à l'avance afin d'éviter toute mauvaise surprise. Les activités organisées à l'extérieur dépendent des conditions météorologiques.*

# Magical Moments this Summer

+34 972 181 028

[activities@pgacatalunya.com](mailto:activities@pgacatalunya.com)

[www.pgacatalunya.com](http://www.pgacatalunya.com)



**PGA CATALUNYA**

GOLF AND WELLNESS