

 GOTA DAGUA
Surf Day Camp
Colônia de Férias





COLÓNIA DE FÉRIAS

O nosso programa de colónias de férias, ocorre durante uma semana completa (Segunda-feira a Sexta-feira) nos períodos da Páscoa e Verão, das 9h às 17h. Inclui uma variedade de atividades emocionantes, tais como surf, bodyboard, escalada, arborismo, piscina, voleibol, jogos de praia e, mais importante, muita diversão! Além disso, oferecemos a opção de incluir transporte de Lisboa.

Exemplo de uma semana



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
08H00	Partida de Lisboa	Partida de Lisboa	Partida de Lisboa	Partida de Lisboa	Partida de Lisboa
09H00 - 11H30	Surf e Bodyboard	Surf e Bodyboard	Surf e Bodyboard	Surf e Bodyboard	Surf e Bodyboard
12H00 - 14H00	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço	Almoço
14H00 - 16H30	Surf e Bodyboard	Arborismo	Piscina	Surf e Bodyboard	Jogos de Água
17H30	Chegada a Lisboa	Chegada a Lisboa	Chegada a Lisboa	Chegada a Lisboa	Chegada a Lisboa





INFORMAÇÃO GERAL

No surf, colocamos a diversão em primeiro lugar. Nas nossas aulas de surf, prometemos não apenas melhorar as técnicas dos alunos, mas também proporcionar uma experiência segura e divertida.

Na praia onde damos aulas, as ondas são adaptadas para todos os níveis de surf, garantindo que cada aluno tenha uma experiência adequada ao seu próprio ritmo de aprendizagem. Além disso, contamos com instrutores certificados pela FPS, trazendo consigo anos de experiência no mundo do surf. Eles estão comprometidos em garantir que o seu filho(a) desfrute de uma semana cheia de surf com total segurança.

O que está incluído:

- 7 aulas de surf
- Todo o equipamento (prancha e fato)
- Aulas de surf adaptadas para iniciantes e intermédios
- Almoço + Snack Matinal

O que não está incluído:

- Roupas confortáveis para as atividades
- Tênis
- Água
- Lanche da tarde



ATIVIDADES



A nossa escola de surf encontra-se na praia de São João da Caparica, no Ocean Bar, onde serão lecionadas todas as aulas de surf e bodyboard. As restantes atividades decorrerão no "Fun Parque" e no Parque de Santo António.

Atividades: Piscina, Slakeline, Voleybal, jogos de água, arborismo e muito mais! - Pedimos que levem ténis e roupa confortável para as atividades.

ALMOÇO

Os almoços serão servidos no Caparica Sun Center ou num restaurante de praia. Os menus disponíveis são o menu regular ou o menu dieta, pedimos que nos informem antecipadamente sobre o menu escolhido. Na escolha de um dos menus, este será permanente para o resto da semana. Além do almoço, durante a manhã, ofereceremos água, frutas e bolachas para garantir uma fonte adicional de energia. Recomendamos que tragam água e um lanche para a tarde, para repor energias.

Exemplo de menu:

Menu regular

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Pão	Pão	Pão	Pão	Pão
Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia
Esparguete á bolhonesa	Douradinhos de peixe	Lasanha de carne	Calamares com arroz	Hamburguer com queijo e batata frita
Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja
Doce da casa	Salada de fruta	Banana	Gelatina	Mousse de chocolate

Menu dieta

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Pão	Pão	Pão	Pão	Pão
Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia	Sopa do dia
Bife grelado com legumes	Peixe cozido com arroz e legumes	Bife grelhado com Legumes	Peixe cozido com arroz de ervilhas e legumes	Hamburguer grelhado com legumes
Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja	Água mineral e sumo de laranja
Fruta	Fruta	Fruta	Gelatina	Fruta

SEMANAS DISPONÍVEIS

PÁSCOA 2026	
SEMANA 1	30/03 - 03/04
SEMANA 2	06/04 - 10/04

VERÃO 2026	
SEMANA 1	15/06 - 19/06
SEMANA 2	22/06 - 26/06
SEMANA 3	29/06 - 3/07
SEMANA 4	6/07 - 10/07
SEMANA 5	13/07 - 17/07
SEMANA 6	20/07 - 24/07
SEMANA 7	27/07 - 31/07
SEMANA 8	3/08 - 7/08
SEMANA 9	10/08 - 14/08
SEMANA 10	17/08 - 21/08
SEMANA 11	24/08 - 28/08
SEMANA 12	31/08 - 4/09

PREÇOS

1 SEMANA S\TRANSPORTE	249€
1 SEMANA C\TRANSPORTE	315€

TRANSPORTES

Ponto de encontro s\transporte: Ocean Beach Bar, São João da Caparica

Horário de Entrega: 08h45

Horário de Recolha: 16h30

Ponto de encontro c\transporte: Rua cidade de Bucareste (junto do edifício da Caixa Geral de Depósitos)

Horário de Entrega: 08h00

Horário de Recolha: 17h30

CONTACTOS



General Manager

Gonçalo Pereira

Contact: +351 939 756 959



EMERGENCY NUMBER

+351 927 488 266



gotadagua_surf



kids@gotadaguasurf.com



gotadagua_surf



www.gotadaguasurf.com

 GOTA D'ÁGUA

Até já

