

AULA DE SURF

PENICHE ≈ PORTUGAL



**RUN-EU
INNOVATION
MEETS REGIONS**

PROGRAMA SOCIAL

29.MAIO.2026

AULA DE SURF

PENICHE ≈ PORTUGAL

No dia **29 de maio de 2026**, no final de uma semana repleta de **atividades RUN-EU**, terás a oportunidade de viver uma das experiências mais emblemáticas de Peniche: **uma aula de surf no Oceano Atlântico!**

Peniche é um **destino de surf de renome mundial** e uma paragem habitual no circuito internacional da modalidade. A poucos minutos encontra-se o **Baleal**, uma praia de grande beleza, conhecida pelas suas ondas consistentes e pelo ambiente descontraído ligado ao surf. É aí que se situa o **Baleal Surf Camp**, uma escola com vasta experiência, dedicada a proporcionar experiências de surf memoráveis.

Quer nunca tenhas experimentado surf ou simplesmente queiras desfrutar do mar de uma forma diferente, **os iniciantes são muito bem-vindos!**

AULA DE SURF

PENICHE ≈ PORTUGAL

29.MAIO.2026

HORA

A aula de surf para iniciantes tem início às **10h00**

Duração **1h30**

PREÇO

€35 por aula

Nota: O IPLeiria não estará envolvido no processo de inscrição nem de pagamento.

PONTO DE ENCONTRO

“Bar do Bruno”

Praia do Baleal Campismo, Casais do Baleal

INCLUI

- Prancha de **softboard (surfboard)** para iniciantes
- **Fato de neoprene 4/3 mm**
- **Duche de água fria** no final da atividade para remover o sal
- **Seguro desportivo**

DEVES TRAZER

- Garrafa de água
- Protetor solar
- Roupa leve, fato de banho e toalha
- Mochila para guardar os teus pertences (**será disponibilizado um cacifo** para manter os teus itens em segurança durante a aula)

RESERVA E PAGAMENTO

Deve ser efetuada antecipadamente, diretamente com o Baleal Surf Camp, antes da deslocação para Peniche, de forma a garantir a tua vaga e assegurar o número adequado de instrutores (1 instrutor por cada 5 participantes).

Por favor, não efetues a reserva no próprio dia da atividade.

Recomenda-se vivamente a marcação antecipada.

Programa detalhado: <https://www.balealsurfcamp.com/pt-pt/escola-de-surf/niveis/>

PREPARAÇÃO FÍSICA E IDADE

A escola acolhe participantes dos **7 aos 77 anos**.

Recomenda-se um nível razoável de condição física – **quanto melhor for a tua forma física, mais irás desfrutar da experiência.**

REFEIÇÕES

O ponto de encontro, **“Bar do Bruno”** (onde se localiza o **Surf Camp**), dispõe de restaurante para almoço. No entanto, este abre apenas às 12h00, pelo que não há refeições disponíveis durante a manhã.

DÚVIDAS E INSCRIÇÕES

Marta Fonseca

Telemóvel: +351 961 316 204

Email: info@balealsurfcamp.com

Para mais informações

www.balealsurfcamp.com

DIVERTE-TE!
