

## ACTIVIDADES RECREATIVAS

**Clases de hidrogimnasia:** nuestras piscinas temperadas están a disposición de todas las personas que deseen practicar esta disciplina apta para todas las edades. La hidrogimnasia, junto con permitir el trabajo físico, también produce relajo en quienes ejercitan. Sus beneficios son múltiples, de este modo, no sólo se queman calorías, sino que además se produce una sensación de bienestar.

La hidrogimnasia es ideal para personas con sobrepeso, ya que estimula la circulación sanguínea y la oxigenación de tejidos. Igualmente, es una excelente terapia para las personas con problemas óseos, como por ejemplo, artritis, osteoporosis y artrosis. No sólo será un ejercicio que atenúe el malestar, también constituye una innovadora forma de prevención de enfermedades.

**Aquadance:** Es un completo ejercicio guiado por un instructor de baile quien, junto con orientar el baile al son de la música, entrega las herramientas necesarias para hacer de ésta una actividad física íntegra. Al igual que la hidrogimnasia, el aquadance es un buen ejercicio para liberar tensiones y fortalecer la musculatura. Esta actividad se desarrolla sólo en verano y en nuestra piscina exterior.

**Caminatas:** recorrer nuestros senderos es toda una aventura. Para ello, diariamente se organizan caminatas que descubren nuestro entorno precordillerano. Podrá conocer nuestros jardines y el extenso bosque de eucalipto que se sitúa en nuestros alrededores.

**Cabalgatas:** el paisaje campestre de la región del Maule invita a recorrer sus parajes montado a caballo. De este modo, la cabalgata se constituye en un imperdible para familiarizarse aún más con la flora de nuestra zona. Contamos con guías y con las medidas de seguridad adecuadas para un óptimo paseo a caballo. (Costo Adicional)

Además del goce de la naturaleza, las cabalgatas también proveen de beneficios para quienes la practican. No sólo se regula el tono muscular, también fomenta habilidades psicológicas y psicomotores.

**Fogatas:** actividad apta para toda la familia. Un clásico del verano al aire libre, al cual todos los huéspedes están invitados a compartir bajo las estrellas. Es un grato espacio de sociabilización y humor, ideal para terminar el día.

**Rayuela:** un juego típico de la zona central del país. Especial para todos aquellos que deseen demostrar su destreza con el tejo. Es una inmejorable instancia para conocer otros huéspedes en la competencia. Además, el panorama criollo se torna completamente tradicional si se acompaña con un ponche de frutas.

**Actividades Deportivas:** la infraestructura de nuestro hotel permite el desarrollo de múltiples actividades deportivas. De esta forma, es posible practicar tenis de mesa, básquetbol y tenis. No obstante, el deporte rey también está presente en Quinamávida, puesto que los partidos de baby-fútbol enfrentan a huéspedes con el equipo de Animación del hotel.

**Clases de Baile:** en Termas de Quinamávida procuramos que toda actividad física sea más que sólo ejercicio. Para eso, nuestros instructores imparten clases de variados ritmos: salsa, merengue, baile entretenido y cueca. Para todos los gustos.

**Sábados Bailables y Noches de Concurso:** con las clases listas, usted está preparado para bailar cada noche de sábado. Esta actividad es una forma diferente de terminar el día, junto a la familia o los amigos. Además, es un espacio para conocer nuevas personas y una posibilidad adicional para liberar tensiones. Junto con eso, el hotel realiza concursos como otra manera de estimular su participación. ¡Anímese!

**Bingos Familiares:** otra instancia para que el huésped sea premiado. Los bingos otorgan posibilidad de compartir con su familia y, de paso, constituyen una forma de entretenimiento con interesantes premios sorpresa.

**Juegos de Salón:** el bar es el lugar de encuentro para los fanáticos del juego. Los más tradicionales podrán disfrutar de un grato momento jugando Naipes, Cacho y Dominó. Como en Termas de Quinamávida pensamos en todos, nuestras terrazas cuentan con tres mesas de pool con todos los utensilios adecuados.

**Quinaventura:** nuestro hotel no olvida a los niños. Las actividades para los más pequeños van desde el muro de escalada hasta el canopy. Asimismo, los niños pueden acceder a actividades que los ligan con el entorno natural de nuestro recinto, como por ejemplo, excursiones especiales y búsquedas del tesoro. Por otro lado, también disponemos de programas para que los infantes accedan a talleres artísticos.