

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

23-26.12.2025

WTOREK / TUESDAY
23.12.2025

- 10.40–12.00** Wycieczka do Muzeum Nikifora w Krynicy-Zdrój – prosimy o wcześniejszą rezerwację miejsc w recepcji hotelu
Visiting the Nikifor Museum in Krynica Zdrój – advance booking at the reception desk
- 14.00–16.00** Zimowy spacer na Górę Krzyżową połączony z nauką marszu Nordic Walking – zbiórka przy recepcji hotelu
Winter walk to the Góra Krzyżowa – a walk with Nordic walking training – meet us at the reception desk
- 16.30–17.15** Total Body Conditioning – zajęcia wzmacniające mięśnie – sala fitness
Total Body Conditioning – strengthening exercises – fitness room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Szósty Zmysł Szósty Zmysł Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Thai Time Thai Time Restaurant nieczynne / closed	Bar Przy Kominku Przy Kominku Bar 07.30–23.00	Domek w Dolinie Domek w Dolinie 11.00–19.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
---	---	---	---	--	--

**WYCIECZKA
DO MUZEUM NIKIFORA**
VISITING THE NIKIFOR MUSEUM

ZBIÓRKA I WYJAZD
10.40
MEETING AND DEPARTURE

**KOLACJA WIGILIJNA
WRAZ Z RECITAŁEM KOŁĘD**

CHRISTMAS DINNER WITH A RECITAL
OF CHRISTMAS CAROLS

RESTAURACJA SZÓSTY ZMYŚŁ
17.00
SZÓSTY ZMYŚŁ RESTAURANT

ŚRODA / WEDNESDAY
24.12.2025

- 08.30–09.00** Aqua Aerobic – zajęcia w wodzie przy muzyce – basen
Aqua Aerobic – water activities with music – swimming pool
- 09.30–10.15** Pilates – zajęcia wzmacniające wszystkie mięśnie ciała – sala fitness
Pilates – strengthening exercises – fitness room
- 10.30–11.15** BPU – brzuch, pośladki, uda – zajęcia kształtujące sylwetkę – sala fitness
ABT – abdomen, thighs, buttocks – strengthening exercises – fitness room
- 11.40–13.00** Wycieczka do cerkwi Św. Jakuba Apostoła (wpisanej na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO) oraz spotkanie kustoszem Pawłem Kąckim – prosimy o wcześniejszą rezerwację miejsc w recepcji hotelu
Visiting the Orthodox Church of St. James the Apostle (UNESCO World Heritage Site) and meeting with custodian Paweł Kącki – advance booking at the reception desk
- 17.00** Kolacja Wigilijna wraz z recitałem kołęd w Restauracji Szósty Zmysł – prosimy o punktualne przybycie
Christmas Dinner with a recital of Christmas carols in the Szósty Zmysł Restaurant

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Szósty Zmysł Szósty Zmysł Restaurant 07.30–10.30	Restauracja Thai Time Thai Time Restaurant 12.00–15.00	Bar Przy Kominku Przy Kominku Bar 07.30–23.00	Domek w Dolinie Domek w Dolinie 11.00–16.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–16.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–16.30
--	--	---	---	--	--

CZWARTEK / THURSDAY
25.12.2025

- 11.00–13.00** Zimowy spacer pobliskimi szlakami
połączony z nauką marszu Nordic Walking
– zbiórka przy recepcji hotelu
Winter walk along nearby trails
– a walk with Nordic walking training
– meet us at the reception desk
- 13.30–14.15** Pilates – zajęcia wzmacniające
wszystkie mięśnie ciała – sala fitness
Pilates – strengthening exercises – fitness room
- 15.00–17.00** Warsztaty tworzenia świec sojowych
z Panią Ewelina Wojcieszak
– sala Jaworzyna – prosimy o wcześniejszą
rezerwację miejsc w recepcji hotelu
Workshops on making soy candles – Jaworzyna
room – advance booking at the reception desk
- 19.00–22.00** Klimatyczny wieczór z muzyką na żywo
w Barze Przy Kominku
Live music at the Bar Przy Kominku

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Szósty Zmysł
Szósty Zmysł Restaurant
07.30–10.30, 13.00–22.00

Restauracja Thai Time
Thai Time Restaurant
18.00–22.00

Bar Przy Kominku
Przy Kominku Bar
07.30–23.00

Domek w Dolinie
Domek w Dolinie
11.00–19.00

Kosmetyczny Instytut
Skin Care Institute
11.00–21.00

Centrum SPA
SPA Centre
07.00–22.00

**WARSZTATY TWORZENIA
ŚWIEC SOJOWYCH**
SOY CANDLE WORKSHOPS

SALA JAWORZYNA
15.00–17.00
JAWORZYNA ROOM

**OZDOBY ŚWIĄTECZNE
Z KORONKI KŁOCKOWEJ**

CHRISTMAS DECORATIONS
FROM BOBBIN LACE

SALA JAWORZYNA
11.00–14.00
JAWORZYNA ROOM

PIĄTEK / FRIDAY
26.12.2025

- 08.00–09.00** Joga – sesja energetyzująca „Na dobry
początek dnia” – sala fitness
Yoga – morning session – fitness room
- 11.00–14.00** Warsztaty wykonywania ozdób świątecznych
z koronki klockowej prowadzone przez
koronczarkę z Bobowej Beatę Rzącę
– sala Jaworzyna – prosimy o wcześniejszą
rezerwację miejsc w recepcji hotelu
Workshops on making Christmas decorations
from bobbin lace – Jaworzyna room
– advance booking at the reception desk
- 18.30–18.45** Zapraszamy na aromaterapeutyczne
19.15–19.30 seanse saunowe z Sauna Masterem
20.00–20.15 – Centrum SPA
We invite you to aromatherapeutic sauna
sessions – SPA Centre
- 19.00–22.00** Klimatyczny wieczór z muzyką na żywo
w Barze Przy Kominku
Live music at the Bar Przy Kominku
- 20.30–21.30** Joga – sesja relaksacyjna „Na dobry Sen”
– sala fitness
Yoga – calming and relaxation session
– fitness room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Szósty Zmysł
Szósty Zmysł Restaurant
07.30–10.30, 13.00–22.00

Restauracja Thai Time
Thai Time Restaurant
18.00–22.00

Bar Przy Kominku
Przy Kominku Bar
07.30–23.00

Domek w Dolinie
Domek w Dolinie
11.00–19.00

Kosmetyczny Instytut
Skin Care Institute
09.00–21.00

Centrum SPA
SPA Centre
07.00–22.00