

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

# PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

08-10.05.2026

## PIĄTEK / FRIDAY

08.05.2026

- 17.00–18.00 Joga – joga w teorii i praktyce  
– sala fitness  
Yoga – theory and practice – fitness room
- 20.45–21.45 Joga – sesja relaksacyjna Nidra Joga  
– sala fitness  
Yoga – relaxation session – fitness room

### GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

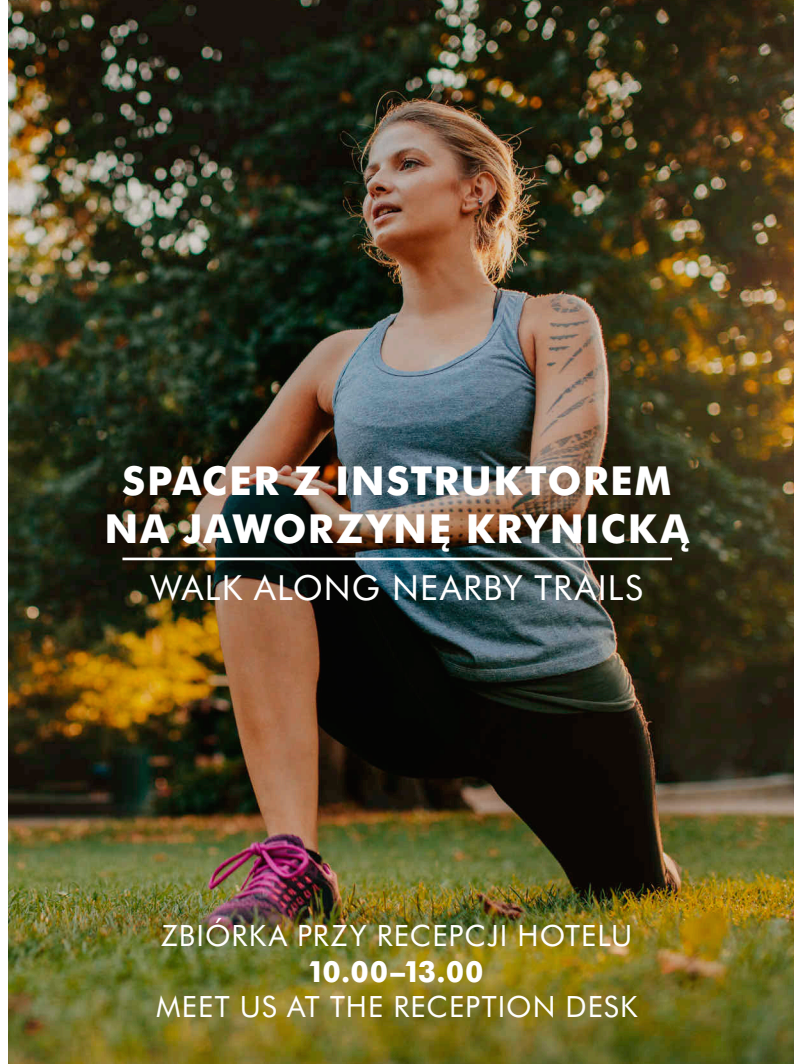
Restauracja Szósty Zmysł Szósty Zmysł Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Thai Time Thai Time Restaurant 18.00–22.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
Bar Przy Kominku Przy Kominku Bar 07.30–23.00	Domek w Dolinie Domek w Dolinie nieczynne / closed		



## JOGA

YOGA

SALA FITNESS  
17.00–18.00, 20.45–21.45  
FITNESS ROOM



## SPACER Z INSTRUKTOREM NA JAWORZYNĘ KRYNICKĄ

WALK ALONG NEARBY TRAILS

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTELU  
10.00–13.00  
MEET US AT THE RECEPTION DESK

## SOBOTA / SATURDAY

09.05.2026

- 08.00–09.00 Poranne przebudzenie z jogą  
– synchronizacja ruchu z oddechem  
– sala fitness  
Yoga – sync movements with breathing  
– fitness room
- 10.00–13.00 Spacer z instruktorem na Jaworzynę  
Krynicką – zbiórka w recepcji  
– zalecane obuwie trekkingowe  
Walk along nearby trails – meet us  
at the reception desk
- 17.00–18.00 Joga – sesja rozciągająca – sala fitness  
Yoga – stretching session – fitness room
- 19.00–22.00 Klimatyczny wieczór z muzyką na żywo  
w Barze Przy Kominku  
Live music at the Bar Przy Kominku
- 20.45–21.45 Joga – sesja relaksacyjna  
z użyciem miski tybetańskiej – sala fitness  
Yoga – relaxation session with the Tibetan bowl  
– 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	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
Bar Przy Kominku Przy Kominku Bar 07.30–23.00	Domek w Dolinie Domek w Dolinie 11.00–19.00		

**NIEDZIELA / SUNDAY**

10.05.2026

**08.00–09.30** Joga – sesja energetyzująca  
„przed podróżą” – sala fitness  
Yoga – energizing session "before trip"  
– fitness room

**09.40–11.00** 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

**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  
**09.40**  
MEETING AND DEPARTURE

**DODATKOWO POLECAMY**

ADDITIONALLY RECOMMENDED



**ULTRA C REGENIQ  
– ZABIEG WYGŁADZAJĄCO  
-ROZŚWIETLAJĄCY**

ULTRA C REGENIQ – SMOOTHING  
AND BRIGHTENING THERAPY

KOSMETYCZNY INSTYTUT  
**09.00–21.00**  
SKIN CARE INSTITUTE

## POZNAJ AUTORSKĄ OFERTĘ ZABIEGÓW

Program autorskich zabiegów na bazie zaawansowanej technologicznie linii preparatów Dr Irena Eris PROSYSTEM PROFESSIONAL to kompleksowa oferta zaspokajająca wszystkie potrzeby i oczekiwania najbardziej wymagających klientów. Oferujemy szeroką gamę zabiegów na twarz i ciało. Każdy z nich poprzedza diagnoza i wywiad kosmetyczny, na podstawie których precyzyjnie określamy aktualne potrzeby skóry i proponujemy idealnie dobraną kurację.



## KLUB REBUS

Zapraszamy do Klubu Rebus, w którym do Państwa dyspozycji oddajemy piłkarzyki, konsolę PlayStation 5, gry planszowe, kącik czytelniczy wraz z hotelową biblioteczką. Za dodatkową opłatą jest możliwość skorzystania z bilardu i rzutek – szczegółowe informacje dostępne w recepcji.