

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

19-21.06.2026

PIĄTEK / FRIDAY

19.06.2026

- 18.00–19.00 Pilates – wzmocnienie mięśni głębokich, uelastycznienie ciała oraz redukcja stresu – sala fitness**
Pilates – strengthening core muscles, improving flexibility and reducing stress – fitness room
- 18.30–18.45 Zapraszamy na aromaterapeutyczne seanse saunowe z Sauna Masterem**
19.15–19.30 – Centrum SPA
We invite you to aromatherapeutic sauna sessions – SPA Centre
- 20.00–20.15 Joga na dobry sen – zajęcia wyciszające na dobranoc – 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	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		

AROMATERAPEUTYCZNE SEANSE SAUNOWE

AROMATHERAPEUTIC SAUNA SESSIONS

CENTRUM SPA

18.30–18.45, 19.15–19.30, 20.00–20.15
SPA CENTRE

WĘDRÓWKA SZLAKIEM LEŚNEGO PRZEWODNIKA TURYSTYCZNEGO

WALKING TOUR ALONG FOREST PATHS

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTELU
11.00–13.00
MEET US AT THE RECEPTION DESK

SOBOTA / SATURDAY

20.06.2026

- 09.30–10.30 Total Body Conditioning – zajęcia wzmacniające mięśnie – sala fitness**
Total Body Conditioning – strengthening exercises – fitness room
- 11.00–13.00 Wędrówka szlakiem Leśnego Przewodnika Turystycznego Wiesława Nowaka, który podczas spaceru opowie o budzącej się do życia beskidzkiej przyrodzie, faunie i florze tutejszych lasów – zbiórka przy recepcji hotelu**
A walk led by forest guide Wiesław Nowak, who will talk about the Beskid nature coming to life – meet us at the reception desk
- 18.00–19.00 Opowieści i degustacja piw regionalnych Browaru Pilsweizer w Grybowie – taras Restauracji Szósty Zmysł**
Tasting of regional beers from the Pilsweizer Brewery in Grybów – the terrace of the Szósty Zmysł Restaurant
- 19.00–19.15 Zapraszamy na aromaterapeutyczne seanse saunowe z Sauna Masterem**
19.45–20.00 – Centrum SPA
We invite you to aromatherapeutic sauna sessions – SPA Centre
- 19.30–22.00 Klimatyczny wieczór z muzyką na żywo w Barze Przy Kominku**
Live music at the Bar Przy Kominku
- 20.30–21.30 Joga – rozciąganie i relaksacja – 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 11.00–19.00		

NIEDZIELA / SUNDAY

21.06.2026

08.00–09.00 Joga – sesja energetyzująca „Na dobry początek dnia” – sala fitness
Yoga – morning session – 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

DODATKOWO POLECAMY

ADDITIONALLY RECOMMENDED

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

ULTRA C REGENIQ – SMOOTHING
AND BRIGHTENING THERAPY

**JOGA – SESJA
ENERGETYZUJĄCA**

YOGA – ENERGIZING SESSION

SALA FITNESS
08.00–09.00
FITNESS ROOM

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.