



Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

17-18.10.2026

SOBOTA / SATURDAY

17.10.2026

- 10.00–12.00 Wędrówka szlakiem Leśnego Przewodnika**
Turystycznego Wiesława Nowaka, który opowie o 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 – meet us at the reception desk
- 17.00–17.45 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**
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 na dobry sen – sesja wyciszająca 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	
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

AROMATERAPEUTYCZNE SEANSE SAUNOWE

AROMATHERAPEUTIC
SAUNA SESSIONS

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



JOGA – SESJA NA DOBRY DZIEŃ YOGA – MORNING SESSION

SALA FITNESS
08.00–09.00
FITNESS ROOM

NIEDZIELA / SUNDAY 18.10.2026

- 08.00–09.00 Joga – sesja energetyzująca na dobry początek dnia – sala fitness**
Yoga – morning 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 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