



Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

30.10–01.11.2026

PIĄTEK / FRIDAY

30.10.2026

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

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 nieczynne / closed	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

WARSZTATY MAKIJAŻU WIECZOROWEGO EVENING MAKE-UP WORKSHOPS

SALA JAWORZYNA
15.00–17.00
JAWORZYNA ROOM

SOBOTA / SATURDAY

31.10.2026

- 10.00–10.45 Stretching – zajęcia rozciągające
i rozluźniające mięśnie – sala fitness
Stretching – muscle stretching exercises
– fitness room
- 11.00–11.45 Tabata – intensywny trening spalający
tkankę tłuszczową – sala fitness
Tabata – intensive interval training
– fitness room
- 12.00–12.45 Zdrowy kręgosłup – nauka prawidłowego
oddychania i utrzymania odpowiedniej
postawy ciała – sala fitness
Healthy spine – how to breathe properly
and maintain correct posture – fitness room
- 15.00–17.00 Warsztaty makijażu wieczorowego
z elementami artystycznego zdobienia
halloweenowego – prosimy o wcześniejszą
rezerwację miejsc w recepcji – sala
Jaworzyna
Evening make-up workshop with elements
of artistic Halloween make-up – advance
booking at the reception desk – Jaworzyna 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

NIEDZIELA / SUNDAY

01.11.2026

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



**JOGA
– SESJA NA DOBRY DZIEŃ**

YOGA – MORNING SESSION

**SALA FITNESS
08.00–09.00
FITNESS ROOM**

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**

ZIMA Z FREE SKI JAWORZYNA – SKIPASS W PREZENCIE!

Bądź pierwszy na stoku w tym sezonie i ciesz się magią zimy w otoczeniu pięknych gór!

W Hotelu SPA Dr Irena Eris Krynica Zdrój 12+ oferujemy nie tylko wspaniały wypoczynek, ale również bezpośredni dostęp do najlepszych tras narciarskich. Specjalna oferta dla narciarzy – w cenie noclegu dla każdej osoby całonocny skipass na Jaworzynę Krynicką, na każdą dobę pobytu! Połącz narciarskie emocje z pełnym relaksem.

Oferta ważna w terminie od 01 do 22 grudnia 2026 oraz od 01 do 31 marca 2027 (z wyłączeniem Świąt Wielkiej Nocy).



SYLWESTER – MUZYCZNY WIECZÓR NOWOROCZNY Z KWARTETEM

Za oknami zimowy krajobraz Beskidu Sądeckiego, przy stole wykwintna, siedmiodaniowa kolacja degustacyjna, kieliszek szampana o północy i subtelne brzmienia muzyki na żywo w wykonaniu wyjątkowego kwartetu jazzowego. To propozycja dla tych, którzy cenią elegancję, kameralną atmosferę i celebrację najpiękniejszych chwil bez zgiełku wielkich bali. W otoczeniu luksusowego SPA, doskonałej kuchni i relaksującej muzyki. Rozpocznij Nowy Rok dokładnie tak, jak chcesz – spokojnie, z klasą i w doskonałym nastroju.

MINIMUM 1 NOCLEG
30 GRUDNIA 2026 – 3 STYCZNIA 2027

SKI & SPA – ZIMA, NA KTÓRĄ CZEKASZ

Ferie w górach mają swój rytuał. Śnieżny poranek na stoku Jaworzyny Krynickiej, powrót do ciepłego i komfortowego hotelu, chwila relaksu w SPA, dobra kolacja i wieczór przy kominku. W Hotelu SPA Dr Irena Eris Krynica Zdrój 12+ połączysz aktywny wypoczynek z prawdziwym relaksem. Bliskość Jaworzyny Krynickiej pozwala w pełni cieszyć się zimą, a rozbudowana oferta hotelu sprawia, że równie przyjemnie jest zostać na miejscu. Czekają na Ciebie komfortowe pokoje, wysmienita kuchnia w Restauracji Szósty Zmysł i Thai Time, Centrum SPA z widokiem na góry oraz Kosmetyczny Instytut Dr Irena Eris z bogatą ofertą zabiegów. Zarezerwuj i ciesz się zimą w swoim rytmie.

DOWOLNA DŁUGOŚĆ POBYTU | 4 STYCZNIA – 28 LUTEGO 2027

