

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

07-09.03.2025

PIĄTEK / FRIDAY
07.03.2025

- 16.00–18.00** Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 17.00–17.50** Roller Body – zajęcia rozluźniające mięśnie – sala fitness
Roller Body – muscles loosening exercises – fitness room
- 18.00–22.00** Dobranocki z „Hotelową Ciocią” – sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie” – Piekarska room
- 21.00–22.00** Rozgrzewające ceremonie saunowe – wyłącznie dla osób dorosłych – liczba miejsc ograniczona – zapisy w Centrum SPA
Warming up sauna ceremonies – for adults only – booking at the SPA Centre

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Art Déco Art Déco Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Décompresja Décompresja Restaurant 17.00–22.00	Klub Fotoplastykon Fotoplastykon Club 18.00–23.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
Café Tomik Tomik Café 08.00–22.00				



**ROZGRZEWAJĄCE
CEREMONIE SAUNOWE**

WARMING UP SAUNA CEREMONIES

**ZAPISY W CENTRUM SPA
21.00–22.00
BOOKING AT THE SPA CENTRE**



POKAZ MAKIJAŻU

MAKEUP SHOW

**SALA TUMSKA
12.00–14.00
TUMSKA ROOM**

SOBOTA / SATURDAY
08.03.2025

- 10.00–18.00** Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 10.30–11.30** Animacje dla dzieci – Wiosenne obrazy kwiatowe – sala Piekarska
Workshops for children – Piekarska room
- 11.00–12.30** Nordic Walking – energiczny marsz po lesie – zbiórka przy recepcji hotelu
Nordic Walking – outdoor exercises for beginners – meet us at the reception desk
- 12.00–14.00** Pokaz makijażu z Jagodą Sztąberską – sala Tumska
Makeup show – Tumska room
- 13.00–13.30** Water Polo dla dzieci w wieku 8-12 lat – basen rekreacyjny
Water Polo for children 8-12y/o – recreational pool
- 17.00–17.50** Six pack workout – ćwiczenia na płaski brzuch – sala fitness
Six pack workout – fitness room
- 16.30–17.30** Animacje dla dzieci – Malowanie na drewnie – sala Piekarska
Workshops for children – Piekarska room
- 18.00–22.00** Dobranocki z „Hotelową Ciocią” – sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie” – Piekarska room
- 20.00–22.00** Koncert zespołu Humble Buzz – Klub Fotoplastykon
Humble Buzz Concert – Fotoplastykon Club

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Art Déco Art Déco Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Décompresja Décompresja Restaurant 17.00–22.00	Klub Fotoplastykon Fotoplastykon Club 18.00–23.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
Café Tomik Tomik Café 08.00–22.00				

NIEDZIELA / SUNDAY

09.03.2025

08.30–09.30 Body Art Energy – trening funkcjonalny,
harmonia, energia, oddech – sala fitness
Body Art Energy – fitness room

10.00–15.00 Na wszystkie dzieci czeka
„Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children
– playroom

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Art Déco Art Déco Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Décompresja Décompresja Restaurant 17.00–22.00	Klub Fotoplastykon Fotoplastykon Club 18.00–23.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00
--	---	--	---	---



**BODY ART ENERGY
– TRENING FUNKCJONALNY**

BODY ART ENERGY

SALA FITNESS
08.30–09.30
FITNESS ROOM

DODATKOWO POLECAMY

ADDITIONALLY RECOMMENDED



**PITAYA & GRAPEFRUIT
ORZEŹWIAJĄCO-WITALIZUJĄCY
ZABIEG NA CIAŁO**

PITAYA & GRAPEFRUIT
REFRESHING-VITALIZING BODY TREATMENT

KOSMETYCZNY INSTYTUT
09.00–21.00
SKIN CARE INSTITUTE



NOC W PREZENCIE

Potrzebujesz wytchnienia od codzienności i planujesz pobyt w tygodniu? Spędź wyjątkowe chwile w Hotelu SPA Dr Irena Eris Polanica Zdrój! Rezerwując pobyt na 3, 4 lub 5 nocy – jeden nocleg dostaniesz w prezencie. Odpoczywaj tak, jak lubisz.

ŚNIADANIA W RESTAURACJI ART DÉCO • NIEOGRANICZONY DOSTĘP DO CENTRUM SPA: DWA BASENY, TRZY JACUZZI, ZESPÓŁ SAUN, STREFA SCHŁADZANIA ORAZ STREFA RELAKSU; STREFY SPORTOWEJ: SALA FITNESS ORAZ STUDIO CARDIO; KĄCIKA CZYTELNICZEGO WRAZ Z BIBLIOTECZKĄ HOTELOWĄ; SALI MULTIMEDIALNEJ WYPOSAŻONEJ W NAJNOWSZE KONSOLE PLAYSTATION • MIEJSCE PARKINGOWE.



KOLACJA NA CZTERY RĘCE

Kamil Kit, Szef Kuchni Restauracji Décompresja, zaprasza na wyjątkowe, cykliczne wydarzenia – Kolacje Na Cztery Ręce. Wraz z wybranym gościem specjalnym, duet wybitnych Szefów Kuchni przygotuje na Państwa oczach dania pełne smaków, kolorów, zapachów, pozytywnych emocji i kulinarnych inspiracji. Pięciodaniowe menu degustacyjne inspirowane kuchnią lat 20-tych i 30-tych przedstawione zostanie w nowoczesnym wydaniu. Autorskie menu Szefów oraz specjalnie wyselekcjonowane wina dobrane przez znakomitego Sommeliera, zamienią się w opowieść o kunszcie, pasji i miłości do kuchni. Zapraszamy w niecodzienną podróż niezapomnianych doznań kulinarnych.
23–25 MAJA – TOMASZ TRACZ

2 NOCLEGI W KOMFORTOWYM POKOJU • ŚNIADANIA W FORMIE BUFETU • TRZYDANIOWA KOLACJA À LA CARTE W RESTAURACJI ART DÉCO W PIĄTEK (CENA NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • PIĘCIODANIOWA KOLACJA Z AUTORSKIM MENU DEGUSTACYJNYM W RESTAURACJI DÉCOMPRESJA W SOBOTĘ (CENA NIE OBEJMUJE NAPOJÓW I WINE PAIRING'U) • KONCERT W CAFÉ TOMIK W SOBOTĘ • NIEOGRANICZONY DOSTĘP DO CENTRUM SPA: DWA BASENY, TRZY JACUZZI, ZESPÓŁ SAUN, STREFA SCHŁADZANIA ORAZ STREFA RELAKSU; STREFY SPORTOWEJ: SALA FITNESS ORAZ STUDIO CARDIO; KĄCIKA CZYTELNICZEGO WRAZ Z BIBLIOTECZKĄ HOTELOWĄ; SALI MULTIMEDIALNEJ WYPOSAŻONEJ W NAJNOWSZE KONSOLE PLAYSTATION • MIEJSCE PARKINGOWE.