

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

08-10.05.2026

PIĄTEK / FRIDAY
08.05.2026

16.30–18.00 **Warsztaty dla dzieci: Hotelowa Akademia Małych Odkrywców – sala Piekarska** 🧒
Workshops for children – Piekarska room

18.00–21.00 **Dobranocki z „Hotelową Ciocią”** 🧒
– sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie”
– Piekarska room

20.00–21.00 **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

Café Tomik
Tomik Café
08.00–23.00

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

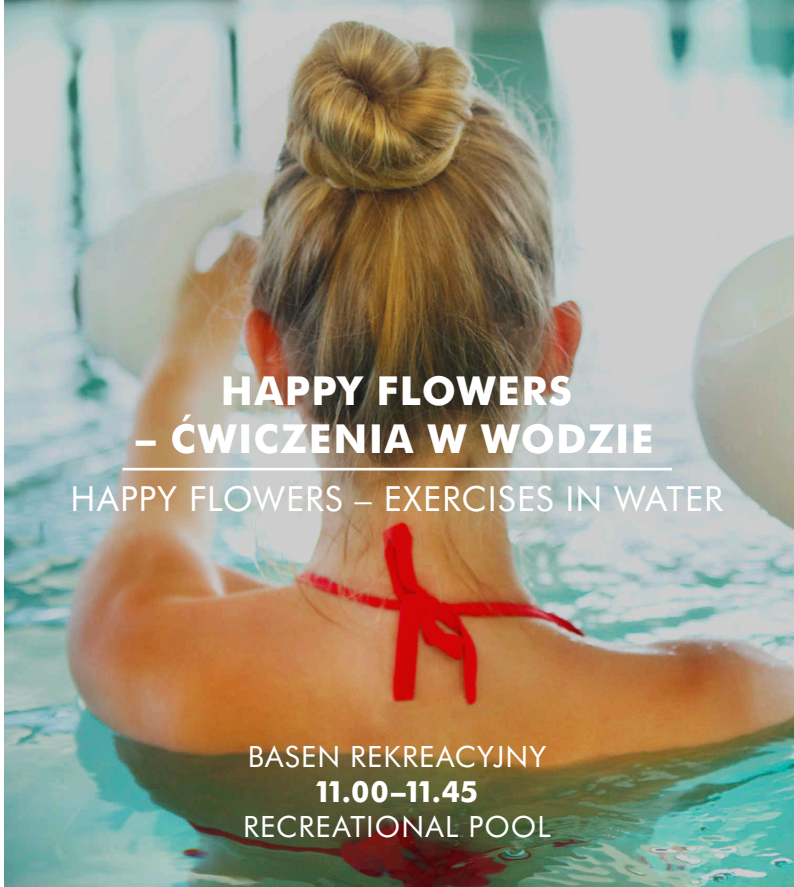


**ROZGRZEWAJĄCE
CEREMONIE SAUNOWE**

WARMING UP SAUNA CEREMONIES

ZAPISY W CENTRUM SPA
20.00–21.00

BOOKING AT THE SPA CENTRE



**HAPPY FLOWERS
– ĆWICZENIA W WODZIE**
HAPPY FLOWERS – EXERCISES IN WATER

BASEN REKREACYJNY
11.00–11.45
RECREATIONAL POOL

SOBOTA / SATURDAY
09.05.2026

10.30–12.00 **Warsztaty dla dzieci: Hotelowa Akademia Małych Odkrywców – sala Piekarska** 🧒
Workshops for children – Piekarska room

11.00–11.45 **Happy Flowers – ćwiczenia w wodzie z wykorzystaniem aqua dysków**
– basen pływacki
Happy Flowers – swimming pool

13.00–13.30 **Water Polo dla dzieci w wieku 8-12 lat** 🧒
– basen rekreacyjny
Water Polo for children 8-12y/o
– recreational pool

16.30–18.00 **Warsztaty dla dzieci: Hotelowa Akademia Małych Odkrywców – sala Piekarska** 🧒
Workshops for children – Piekarska room

17.00–17.50 **Joga Kundalini – sala fitness**
Kundalini yoga – fitness room

18.00–21.00 **Dobranocki z „Hotelową Ciocią”** 🧒
– sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie”
– Piekarska room

20.00–22.00 **Wieczór muzyczny przy fortepianie**
– Café Tomik
Piano Chillout evening – Café Tomik

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

Café Tomik
Tomik Café
08.00–23.00

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

NIEDZIELA / SUNDAY
10.05.2026

**08.30–09.30 Zdrowy kręgosłup – wzmocnienie mięśni,
redukcja bólu, poprawa postawy
– sala fitness**
Healthy spine – fitness room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Art Déco Art Déco Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00	Restauracja Décompresja Décompresja Restaurant nieczynne / closed		
Café Tomik Tomik Café 08.00–23.00	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

ZDROWY KRĘGOSŁUP

HEALTHY SPINE

SALA FITNESS
08.30–09.30
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

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.



WIOSENNY WYPOCZYNEK

Wiosna przychodzi cicho, z pierwszym światłem, delikatnym ciepłem i zapachem natury, która budzi się do życia. To dobry moment, żeby zwolnić. Odetchnąć. Wrócić do siebie bez pośpiechu. W Hotelu SPA Dr Irena Eris w Polanicy-Zdroju łatwiej złapać ten rytm. Zadbamy o Twój komfort i pełnię relaksu, a Ty po prostu pozwól sobie na wiosenny wypoczynek.

DOWOLNA LICZBA NOCLEGÓW
1 MARCA – 26 CZERWCA 2026

KOLACJA NA CZTERY RĘCE

Kamil Kit, Szef Kuchni Restauracji Décompresja, zaprasza na wyjątkowe, cykliczne wydarzenia – Kolację Na Cztery Ręce. Wraz z gościem specjalnym – Tomaszem Traczem – 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.

2 NOCLEGI | 15-17 MAJA 2026

