

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

12-14.09.2025

PIĄTEK / FRIDAY
12.09.2025

- 16.00–18.00** Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 17.00–17.50** Mobility & Stretch – ćwiczenia rozluźniające i zwiększające mobilność – sala fitness
Mobility & Stretch – relaxation and mobility exercises – fitness room
- 18.00–22.00** Dobranocki z „Hotelową Ciocią” – sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie” – Piekarska room
- 21.00–22.00** Aromatyczne ceremonie saunowe – wyłącznie dla osób dorosłych – liczba miejsc ograniczona – zapisy w Centrum SPA
Aromatic 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
21.00–22.00
BOOKING AT THE SPA CENTRE



**NORDIC WALKING
– MARSZ PO LESIE**

NORDIC WALKING
– OUTDOOR EXERCISES

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTELU
11.00–12.30
MEET US AT THE RECEPTION DESK

SOBOTA / SATURDAY
13.09.2025

- 10.00–18.00** Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 10.30–11.30** Tańczące latawce – sala Piekarska
Art workshops for children – Piekarska room
- 11.00–12.30** Nordic Walking – energiczny marsz po lesie – zbiórka przy recepcji hotelu
Nordic Walking – meet us at the reception desk
- 13.00–13.30** Water Polo dla dzieci w wieku 8-12 lat – basen rekreacyjny
Water Polo for children 8-12y/o – recreational pool
- 16.30–17.30** Jesienne inspiracje – sala Piekarska
Art workshops for children – Piekarska room
- 17.00–17.50** Six pack workout – ćwiczenia na płaski brzuch – sala fitness
Six pack workout – fitness room
- 18.00–22.00** 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
14.09.2025

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 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

DODATKOWO POLECAMY

ADDITIONALLY RECOMMENDED

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

ULTRA C REGENIQ – SMOOTHING
AND BRIGHTENING THERAPY

**NA WSZYSTKIE DZIECI
CZEKA „HOTELOWA CIOCIA”**

THE „HOTEL AUNTIE”
AWAITS ALL CHILDREN

SALA ZABAW
10.00–15.00
PLAYROOM

KOSMETYCZNY INSTYTUT
09.00–21.00
SKIN CARE INSTITUTE



ROMANTYCZNY WEEKEND W SPA DLA DWOJGA

Spędź wyjątkowe chwile we dwoje w Hotelu SPA Dr Irena Eris Polanica Zdrój. Podaruj sobie luksus wypoczynku i moc przyjemności z niezapomnianej romantycznej kolacji, aromatycznych masażu w gabinecie dla par oraz pobytu, który na długo pozostanie w Waszej pamięci.

2 NOCLEGI W KOMFORTOWYM POKOJU, W KTÓRYM CZEKAĆ BĘDZIE NA GOŚCI POWITALNY PODARUNEK OD HOTELU ORAZ BUKIET KWIATÓW • WYŚMIENITE ŚNIADANIA W FORMIE BOGATEGO BUFETU • TRZYDANIOWĄ KOLACJĘ À LA CARTE W RESTAURACJI ART DÉCO (PAKIET NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • ROMANTYCZNĄ KOLACJĘ W OTOCZENIU ŚWIEC, NA KTÓRĄ ZAPRASZAMY DO RESTAURACJI DÉCOMPRESJA. DO MENU ZAPROPONOWANEGO PRZEZ SZEFA KUCHNI, ZAPROPONUJEMY NA POZĄTEK WIECZORU WYŚMIENITY APERITIF, NASTĘPNIE KIELISZEK WINA DO WYBORU (BIAŁEGO LUB CZERWONEGO), A NA KONIEC WIEŃCZĄCY WSZYSTKO DIGESTIF • AROMATYCZNY MASAŻ CIAŁA DLA DWOJGA W KLIMATYCZNYM GABINECIE DLA PAR (50 MINUT) • • 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.



JESIENNY WYPOCZYNEK

Jesień to doskonały moment na oderwanie się od codzienności i podarowania sobie wyjątkowego relaksu. Odkryj spokój i odprężenie w otoczeniu malowniczej, jesiennego Polanicy-Zdroju, gdzie połączymy relaksującą atmosferę SPA z bogatą ofertą zabiegów w Kosmetycznym Instytucie. Wszystko dopełnimy niezapomnianymi wrażeniami kulinarnymi w hotelowych restauracjach. Zapraszamy na jesienny pobyt w Hotelu SPA Dr Irena Eris Polanica Zdrój.

NOCLEG W KOMFORTOWYM POKOJU (CENA ZAWIERA SPECJALNY JESIENNY RABAT) • ŚNIADANIA W FORMIE UROZMAICONEGO BUFETU • TRZYDANIOWE KOLACJE À LA CARTE W RESTAURACJI ART DÉCO (PAKIET NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • 10% ZNIŻKI NA ZABIEGI Z BOGATEJ OFERTY KOSMETYCZNEGO INSTYTUTU (ZNIŻKA NIE OBEJMUJE PAKIETÓW ZABIEGÓW, A RABATY NIE ŁĄCZĄ SIĘ Z INNYMI PROMOCJAMI) • 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