



Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

05-07.12.2025

ACTIVITIES PROGRAM

PIĄTEK / FRIDAY
05.12.2025

- 16.00–18.00 Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 18.00–22.00 Dobranocki z „Hotelową Ciocią” – sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie” – Piekarska room
- 20.30–21.30 Relaksacyjna sesja dźwiękowa mis kryształowych – sala fitness
Relaxing session of crystal bowls – fitness room

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 08.00–22.00	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



RELAKSACYJNA
SESJA DŹWIĘKOWA
MIS KRYSTAŁOWYCH

RELAXING SESSION
OF CRYSTAL BOWLS

ZAPISY W CENTRUM SPA
20.30–21.30
BOOKING AT THE SPA CENTRE



WIZYTA ŚWIĘTEGO
MIKOŁAJA W HOTELU
A VISIT FROM SANTA CLAUS

SOBOTA / SATURDAY
06.12.2025

- 10.00–11.30 Wizyta Świętego Mikołaja w hotelu
A visit from Santa Claus
- 10.00–18.00 Na wszystkie dzieci czeka „Hotelowa Ciocia” – sala zabaw
The „Hotel Auntie” awaits all children – playroom
- 10.30–11.30 Świąteczna Fabryka Elfów – sala Piekarska
Christmas Elf Factory – Piekarska room
- 11.00–13.00 Zimowe kąpiele leśne – doświadczenie lasu wszystkimi zmysłami pod opieką przewodnika – zajęcia dla dorosłych – zbiórka przy recepcji hotelu (zachęcamy do wygodnego i ciepłego stroju)
Forest bathing session for adults – meet us at the reception desk
- 12.00–15.00 Pokaz makijażu z Jagodą Sztąberską – sala Tumska
Makeup show – Tumska room
- 16.30–17.30 Bal Mikołajkowy dla dzieci – sala Piekarska
Disco for children – Piekarska room
- 17.00–18.00 Joga Kundalini – oddech, relaks, koncentracja – sala fitness
Kundalini Yoga – fitness room
- 19.00–22.00 Dobranocki z „Hotelową Ciocią” – sala Piekarska
Bedtime cartoon with „Hotel Auntie” – Piekarska room
- 20.00–22.00 Koncert Natalii Szczoczarz – Klub Fotoplastykon
Natalia Szczoczarz 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
Café Tomik Tomik Café 08.00–22.00	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

NIEDZIELA / SUNDAY
07.12.2025

08.30–09.30 Poranna joga – obudź ciało i umysł
– sala fitness
Morning Yoga – 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 nieczynne / closed
Café Tomik Tomik Café 08.00–22.00	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

PORANNA JOGA
– **OBUDŹ CIAŁO I UMYŚŁ**
MORNING YOGA

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



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 POCZĄTEK 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.



SKI & SPA W SUDETACH

Mamy sprawdzony przepis na udane ferie zimowe! Narty zjazdowe, narty biegowe, snowboard, a może... błogi relaks w SPA, seanse saunowe czy relaksujące zabiegi pielęgnacyjne? Bez względu na to, jak lubisz wypoczywać, swój plan na ferie możesz zrealizować z nami! Zaplanuj swój pobyt już dziś i skorzystaj z wyjątkowej oferty dłużej=taniej!

MINIMUM 2 NOCLEGI W TERMINIE 16.01–01.03.2026 • KOLACJE À LA CARTE W RESTAURACJI ART DÉCO (CENA NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • PLAN ZIMOWYCH ATRAKCJI OBEJMUJĄCY ZAJĘCIA SPORTOWE DLA DOROSŁYCH ORAZ LICZNE ANIMACJE DLA DZIECI • TRANSFER SKI BUSEM DO OŚRODKA NARCIARSKIEGO W ZIELENCU (LICZBA MIEJSC OGRANICZONA) • SEANSE SAUNOWE PROWADZONE PRZEZ SAUNA MISTRZA • RELAKSACYJNE SESJE DŹWIEKOWE MIS KRYSTAŁOWYCH • SOBOTNIE WIECZORY Z MUZYKĄ NA ŻYWO • 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.