

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

16-18.01.2026

ACTIVITIES PROGRAM

PIĄTEK / FRIDAY

16.01.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

16.30–17.15 **Mobility Roll – zajęcia z wałkiem**
poprawiające mobilność – sala fitness
Mobility Roll – fascia rolls massage
– fitness room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Oranżeria Oranżeria Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00		Restauracja Romantyczna Romantyczna Restaurant 18.00–22.00	
Café Plotka Plotka Café 07.30–22.00	Klub Farma Farma Club 17.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00

MOBILITY ROLL – ZAJĘCIA POPRAWIAJĄCE GIBKOŚĆ CIAŁA

MOBILITY ROLL
– FASCIA ROLLS MASSAGE

SALA FITNESS

16.30–17.15

FITNESS ROOM

WYCIEZKA NA RAKIETACH ŚNIEŻNYCH

SNOWSHOES TOUR

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTELU

13.00–14.00

MEET US AT THE RECEPTION DESK

SOBOTA / SATURDAY

17.01.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–10.30** **Poranne Przebudzenie – delikatny**
rozruch na świeżym powietrzu
– zbiórka przy recepcji hotelu
Warm-up workout – outdoor exercises
– meet us at the reception desk
- 10.00–11.30** **Magnesy dla babci i dziadka – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 12.00–13.30** **Malowanie toreb na zakupy – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 13.00–14.00** **Wycieczka na raketach śnieżnych**
lub Bungy Pump – plenerowe zajęcia
uzależnione od warunków pogodowych
– zbiórka przy recepcji hotelu
Snowshoes tour or Bungy Pump – depending
on the weather conditions – meet us at the
reception desk
- 14.15–15.45** **Malowanie filiżanki – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 16.00–16.45** **Tabata – intensywny trening**
przyspieszający metabolizm – sala fitness
Tabata – intensive interval training – fitness room
- 16.15–18.00** **Warsztaty stolarskie – skrzynka**
na narzędzia – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 18.15–19.00** **Laurka dla babci i dziadka – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 18.30–21.30** **Wieczór Muzyczny przy Kominku**
– Café Plotka
Music evening by the fireplace – Café Plotka

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Oranżeria Oranżeria Restaurant 07.30–10.30, 13.00–22.00		Restauracja Romantyczna Romantyczna Restaurant 18.00–22.00	
Café Plotka Plotka Café 07.30–22.00	Klub Farma Farma Club 17.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00

NIEDZIELA / SUNDAY

18.01.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

10.00–11.30 Album na zdjęcia – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room

**11.00–11.30 Aqua Gym – ćwiczenia w wodzie
z wykorzystaniem obciążenia
– basen rekreacyjny**

Aqua Gym – exercises in water
– swimming pool

12.00–13.30 Świecznik – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

Restauracja Oranżeria
Oranżeria Restaurant
07.30–10.30, 13.00–22.00

Restauracja Romantyczna
Romantyczna Restaurant
nieczynne/closed

Café Plotka
Plotka Café
07.30–22.00

Klub Farma
Farma Club
19.00

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



**AQUA GYM
– ĆWICZENIA W WODZIE**
AQUA GYM – EXERCISES IN WATER

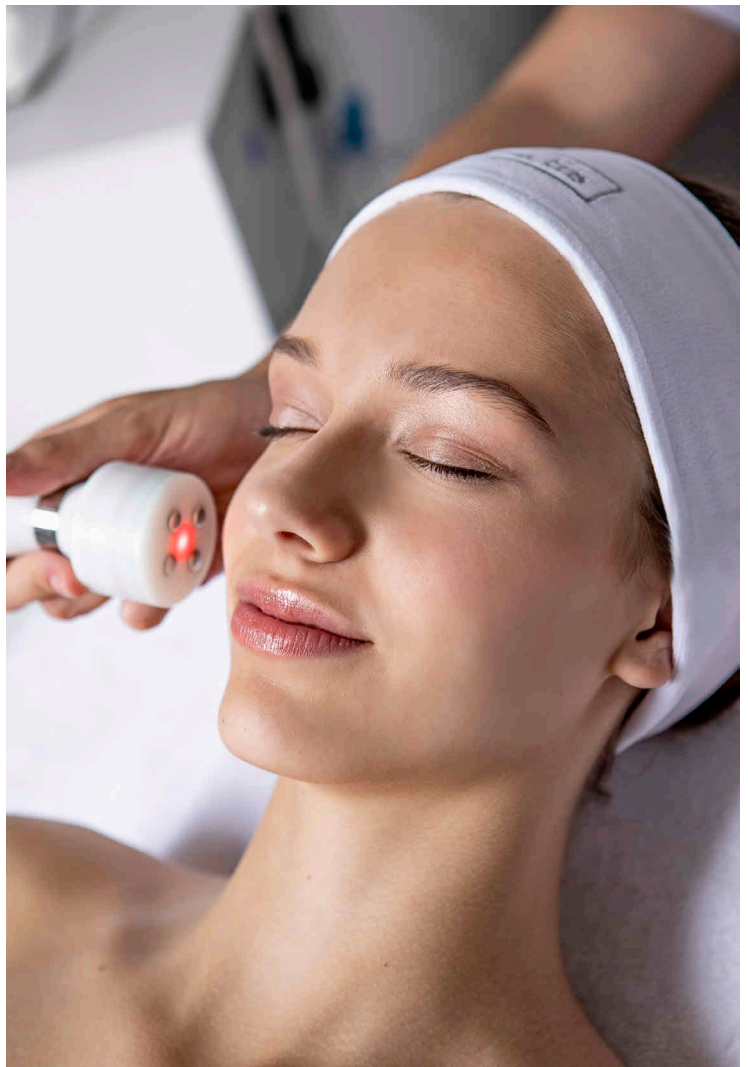
BASEN REKREACYJNY
11.00–11.30
RECREATIONAL POOL

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.



JOGA Z ELEMENTAMI RELAKSACYJNYMI

Spędź czas w otoczeniu natury, by wzmocnić ciało, umysł i skoncentrować się na sobie. Specjalnie dobrany pogram ćwiczeń połączony z medytacją, poprawi kondycję fizyczną oraz samopoczucie. Zachęcamy do spędzenia weekendu pełnego relaksu, pielęgnacji w Kosmetycznym Instytucie Dr Irena Eris oraz kulinarnych przyjemności przygotowanych przez Szefów Kuchni.

16-18 STYCZNIA | 20-22 LUTEGO
20-22 MARCA | 24-26 KWIETNIA
15-17 MAJA



FERIE NA MAZURACH

Ferie inne niż wszystkie – nie w górach, a na Mazurach, wśród pagórków Wzgórz Dylewskich. Dzień zaczniecie na nartach biegowych lub rakietach śnieżnych, a zakończycie wspólną zabawą w ramach zimowego planu animacji. Po aktywnościach czeka doskonała kuchnia, a rodzicom ukojenie przyniosą zabiegi w Kosmetycznym Instytucie Dr Irena Eris. Zaplanuj pobyt już dziś i skorzystaj z naszej specjalnej oferty.

16 STYCZNIA – 1 MARCA 2026

