

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

17-19.04.2026

Dr Irena Eris
HOTEL SPA
WARSZAWA DUBLINOWO

PIĄTEK / FRIDAY

17.04.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 15.00–15.30 Sport Kids – zajęcia sportowe dla dzieci w wieku 8-12 lat – sala fitness**
Sport Kids – movement exercises for children
8-12y/o – fitness room
- 16.00–16.45 Body Ball – zajęcia wzmacniające z dużą piłką – sala fitness**
Body Ball – strengthening classes with a ball
– fitness room
- 18.30–20.00 Warsztaty pszczele – uczestnicy zdobywają praktyczną wiedzę o tym, skąd bierze się miód, jak pszczoły go zbierają i przetwarzają oraz w jaki sposób środowisko regionu wpływa na jego smak, aromat i właściwości. Podczas spotkania odbędzie się degustacja miódów w połączeniu z regionalnymi serami, prezentację miódów pitnych, wzmacniający shot z pyłku pszczelego oraz warsztat przygotowania miodu kremowanego z dodatkiem suszonych owoców i naturalnych przypraw – sala Jeziorak**
Apiary workshops with invited guests from the nearby Truszczyński Apiary – Jeziorak 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

WARSZTATY PSZCZELE

APIARY WORKSHOPS

SALA JEZIORAK
18.30
JEZIORAK ROOM

WARSZTATY RĘKODZIELNICTWA

CROCHETING, PAINTING ON CANVAS

SALA JEZIORAK
10.00–12.00
JEZIORAK ROOM

SOBOTA / SATURDAY

18.04.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–10.30 Aktywny Poranek – poranny rozruch na świeżym powietrzu – zbiórka przy recepcji hotelu**
Warm-up workout – outdoor exercises
– meet us at the reception desk
- 10.00–12.00 Warsztaty rękodzielnicstwa z Kołem Gospodyń Wiejskich – szydełkowanie, malowanie, wyroby z drewna – sala Jeziorak**
Workshops with the ladies of the Pietrzwałd Country Housewives Associations – crocheting, painting on canvas – Jeziorak room
- 12.00–13.30 Dzień Ziemi – sadzimy i siejemy – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 14.00–15.00 Nordic Walking – plenerowe zajęcia z kijami – zbiórka przy recepcji hotelu**
Nordic Walking – meet us at the reception desk
- 14.15–15.45 Coś z niczego – warsztaty upcyklingowe – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 16.00–16.45 Pilates – zajęcia wzmacniające wszystkie mięśnia ciała – sala fitness**
Pilates – strengthening exercises – fitness room
- 16.15–18.00 Warsztaty stolarskie – hotel dla owadów – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 18.15–19.00 Praca plastyczna – zwierzęta świata – 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

19.04.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–11.30 Poranek łamigłówek – 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 Dzień Ziemi – globus – 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



**AQUA GYM
– ĆWICZENIA W WODZIE**

AQUA GYM – EXERCISES IN WATER

BASEN REKREACYJNY
11.00–11.30
RECREATIONAL POOL

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.



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.

15-17 MAJA



MAJÓWKA NA MAZURACH

Majówka na Mazurach to długi weekend blisko natury w spokojnym, regenerującym rytmie. To czas, by pobyć razem i złapać oddech, którego na co dzień często brakuje. O komfort i dobre samopoczucie zadba Kosmetyczny Instytut oraz zespół ekspertów, a bogaty program animacyjny pozwoli połączyć aktywność z relaksem dla dzieci i dorosłych. W ciągu dnia możesz wybierać między chwilą w Centrum SPA a zajęciami sportowymi i tematycznymi. Wieczory płyną tu spokojnie z muzyką w Café Plotka i łagodnym domknięciem dnia.

MINIMUM 2 NOCLEGI | 1-3 MAJA

