

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

30.05–01.06.2025

KOSMETYKI

•

KOSMETYCZNE INSTYTUTY

•

HOTELE SPA

PIĄTEK / FRIDAY

30.05.2025

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

15.00–15.30 Fit for Kids – zajęcia sportowe dla dzieci
w wieku 7-12 lat – sala fitness
Fit for Kids – movement exercises for children
7-12y/o – fitness room

16.00–16.45 Mobility Roll – zajęcia z wałkiem
poprawiające mobilność i zwiększające
zakresy ruchu naszego ciała – 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 08.00–23.00	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
16.00–16.45
FITNESS ROOM



AQUA GYM – ĆWICZENIA W WODZIE

AQUA GYM – EXERCISES IN WATER

BASEN REKREACYJNY
10.00–10.30
RECREATIONAL POOL

SOBOTA / SATURDAY

31.05.2025

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–10.30** Aqua Gym – ćwiczenia w wodzie
z wykorzystaniem obciążenia
– basen rekreacyjny
Aqua Gym – exercises in water
– swimming pool
- 10.00–11.30** Bizuteria z koralików – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 12.00–13.30** Szybie misioniów – 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** Ozdoby z plastrów drewna – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 16.00–16.45** Yoga Flow – Dla Ciała i Duszy
– sala fitness
Yoga Flow – For body and soul – fitness room
- 16.15–18.00** Zegary – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 18.15–19.00** Stwórkę z balonów – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 18.30–21.30** Wieczór Muzyczny przy Kominku
– Café Plotka
Music evening by the fireplace – Plotka Café

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 08.00–23.00	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

01.06.2025

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–10.30 Poranne przebudzenie – Joga na świeżym powietrzu – zbiórka przy recepcji hotelu**
Warm-up workout – outdoor yoga
– meet us at the reception desk
- 10.00–11.30 Gra terenowa na zewnątrz hotelu – zbiórka w sali Jeziorak**
Outdoor game – meet us at the Jeziorak room
- 11.00–11.30 Sport Kids – zajęcia sportowe dla dzieci w wieku 8-12 lat – boisko wielofunkcyjne**
Sport Kids – movement exercises for children
8-12y/o – multifunctional playground
- 12.00–13.30 Świece żelowe – 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 08.00–23.00	Klub Farma Farma Club 19.00	Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute 09.00–21.00	Centrum SPA SPA Centre 07.00–22.00

JOGA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU
OUTDOOR YOGA

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTELU
10.00–10.30
MEET US AT THE RECEPTION DESK

DODATKOWO POLECAMY

ADDITIONALLY RECOMMENDED

**PITAYA & GRAPEFRUIT
ORZEŻWIAJĄCO-WITALIZUJĄCY
ZABIEG NA CIAŁO**

PITAYA & GRAPEFRUIT
REFRESHING-VITALIZING BODY TREATMENT

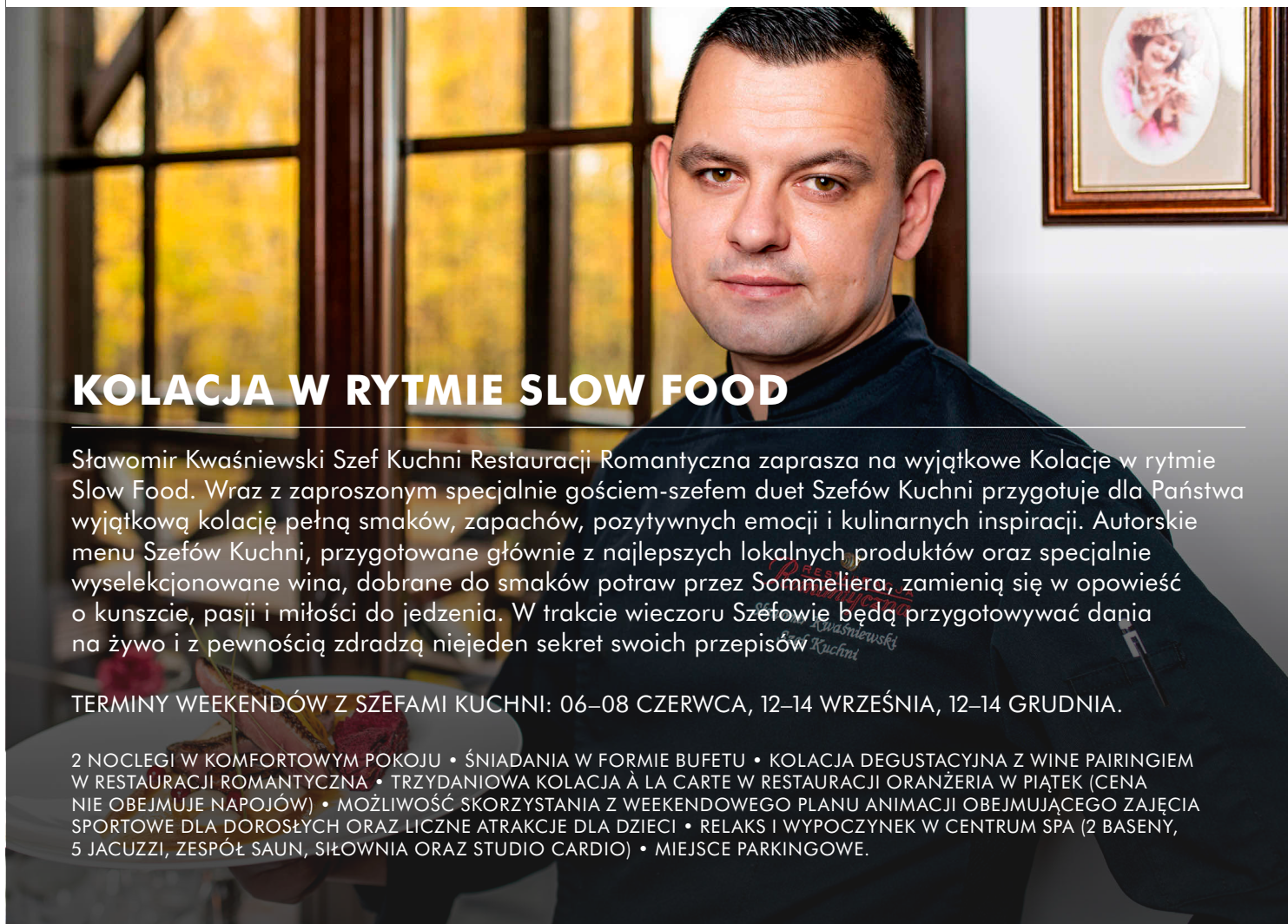
KOSMETYCZNY INSTYTUT
09.00–21.00
SKIN CARE INSTITUTE



WIOSENNY WYPOCZYNEK

Długo wyczekiwana, pełna radości, słońca i zapachu budzącej się do życia przyrody – wiosna! Wypatruj jej pierwszych śladów w Hotelu SPA Dr Irena Eris Wzgórza Dylewskie. Zadbamy o Twój komfort i pełnię relaksu, a Ty... ciesz się wiosną!

NOCLEG W KOMFORTOWYM POKOJU (CENA ZAWIERA SPECJALNY WIOSENNY RABAT) • KOLACJĘ À LA CARTE W RESTAURACJI ORANŻERIA (TRZYDANIOWA DLA OSÓB DOROSŁYCH, DWUDANIOWA DLA DZIECI DO LAT 12 Z KARTY DZIECIĘCEJ) – 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 RELAKS W CENTRUM SPA (2 BASENY, 5 JACUZZI, ZESPÓŁ SAUN, SIŁOWNIA ORAZ STUDIO CARDIO) • MIEJSCE PARKINGOWE.



KOLACJA W RYTMIE SLOW FOOD

Sławomir Kwaśniewski Szef Kuchni Restauracji Romantyczna zaprasza na wyjątkowe Kolacje w rytmie Slow Food. Wraz z zaproszonym specjalnie gościem-szefem duet Szefów Kuchni przygotuje dla Państwa wyjątkową kolację pełną smaków, zapachów, pozytywnych emocji i kulinarnych inspiracji. Autorskie menu Szefów Kuchni, przygotowane głównie z najlepszych lokalnych produktów oraz specjalnie wyselekcjonowane wina, dobrane do smaków potraw przez *Sommelierra*, zamienią się w opowieść o kunszcie, pasji i miłości do jedzenia. W trakcie wieczoru Szefowie będą przygotowywać dania na żywo i z pewnością zdradzą niejedną tajemnicę swoich przepisów.

TERMINY WEEKENDÓW Z SZEFAMI KUCHNI: 06–08 CZERWCA, 12–14 WRZEŚNIA, 12–14 GRUDNIA.

2 NOCLEGI W KOMFORTOWYM POKOJU • ŚNIADANIA W FORMIE BUFETU • KOLACJA DEGUSTACYJNA Z WINE PAIRINGIEM W RESTAURACJI ROMANTYCZNA • TRZYDANIOWA KOLACJA À LA CARTE W RESTAURACJI ORANŻERIA W PIĄTEK (CENA NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • MOŻLIWOŚĆ SKORZYSTANIA Z WEEKENDOWEGO PLANU ANIMACJI OBEJMUJĄCEGO ZAJĘCIA SPORTOWE DLA DOROSŁYCH ORAZ LICZNE ATRAKCJE DLA DZIECI • RELAKS I WYPOCZYNEK W CENTRUM SPA (2 BASENY, 5 JACUZZI, ZESPÓŁ SAUN, SIŁOWNIA ORAZ STUDIO CARDIO) • MIEJSCE PARKINGOWE.