

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

19-21.06.2026

Dr Irena Eris
HOTEL SPA
WARSZAWA DUBLINOWO

PIĄTEK / FRIDAY

19.06.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

15.00–15.45 **ABC Siłowni – zacznij przygodę
z treningiem siłowym – siłownia**
Gym basics – strength training for beginners
– gym

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



ABC SIŁOWNI
GYM BASICS

SIŁOWNIA
15.00–15.45
GYM

**BUNGY PUMP – PLENEROWE
ZAJĘCIA Z KIJAMI**

BUNGY PUMP FOR BEGINNERS

ZBIÓRKA PRZY RECEPCJI HOTEŁU

14.00–15.00

MEET US AT THE RECEPTION DESK

SOBOTA / SATURDAY

20.06.2026

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
- 10.00–11.30 **Poranek sensoryczny – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 12.00–13.30 **Ozdabiamy porcelanę – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 14.00–15.00 **Bungy Pump – plenerowe zajęcia
z kijami poprzedzone instruktażem**
– zbiórka przy recepcji hotelu
Bungy Pump for beginners
– meet us at the reception desk
- 14.15–15.45 **Tworzymy grę do wspólnej zabawy**
– sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 16.00–16.45 **Mobility Roll – zajęcia z walcikiem
poprawiające mobilność – sala fitness**
Mobility Roll – fascia rolls massage
– fitness room
- 16.15–18.00 **Warsztaty stolarskie – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 17.00–18.00 **Degustacja whisky**
– galeria obok Kosmetycznego Instytutu
Whisky tasting – gallery next to the Skin Care
Institute
- 18.15–19.00 **Kreatywne żyrafki – 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
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

21.06.2026

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ
ZAJĘĆ RUCHOWYCH W RECEPCJI CENTRUM SPA

- 10.00–10.30 Poranna joga na świeżym powietrzu**
– zbiórka przy recepcji hotelu
Morning yoga – meet us at the reception desk
- 10.00–11.30 Poranek łamigłówek – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 12.00–13.30 Sole do kąpeli – 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

**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.

2 NOCLEGI | 17-19 LIPCA, 21-23 SIERPNI



WAKACJE NA MAZURACH

Lato przychodzi tu cicho, przez zapach lasu po deszczu, długie światło wieczoru i spokój, który wraca do ciała szybciej niż myśli.

W Hotelu SPA Dr Irena Eris Wzgórza Dylewskie wakacje łączą przyjemność odkrywania z uważną regeneracją. Atrakcyjny program dnia spleta się tu ze spokojem natury, tworząc przestrzeń, w której łatwo odnaleźć własne tempo.

MINIMUM 2 NOCLEGI | 26 CZERWCA – 31 SIERPNI

