

Dr Irena Eris

HOTEL SPA

PROGRAM ANIMACJI

ACTIVITIES PROGRAM

29.11–01.12.2024

PROSIMY O WCZEŚNIEJSZĄ REZERWACJĘ ZAJĘĆ W RECEPCJI CENTRUM SPA.
PLEASE BOOK FITNESS CLASSES IN ADVANCE – THE NUMBER OF PLACES IS LIMITED.

PIĄTEK / FRIDAY

29.11.2024

- 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 **Body Shape – trening wzmacniający z gumami – sala fitness**
Body Shape – strengthening exercises
– fitness room
- 18.00–19.30 **Wieczór saunowy cztery żywioły wraz z koncertem mis kryształowych – koszt 120 zł/osoba – zapisy w Centrum SPA**
Sauna evening with a crystal bowl concert
– cost 120 PLN/person – advance bookings
in the SPA Centre

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 |

WIECZÓR SAUNOWY WRAZ Z KONCERTEM MIS KRYSTAŁOWYCH

SAUNA EVENING WITH
A CRYSTAL BOWL CONCERT

ZAPISY W CENTRUM SPA

18.00–19.30

ADVANCE BOOKINGS IN THE SPA CENTRE

ANDRZEJKOWE WRÓŻBY DLA DZIECI

ST. ANDREW'S FORTUNE-TELLING

SALA JEZIORAK

18.15– 20.00

JEZIORAK ROOM

SOBOTA / SATURDAY

30.11.2024

- 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
- 10.00–12.00 **Zajęcia z Kołem Gospodyń Wiejskich – Andrzejkowe robótki ręczne – sala Jeziorak**
St. Andrew's knitting workshops – Jeziorak room
- 12.00–13.00 **Zawody Sportowe – mini turniej sportowy dla dzieci – sala fitness**
Sports Competitions for children – fitness room
- 12.30–13.30 **Czarny Kot – malowanie drewnianych figurek – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 14.15–15.45 **Świece sojowe – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 16.00–16.45 **Tabata – intensywny trening przyspieszający metabolizm – sala fitness**
Tabata – metabolic training – fitness room
- 16.15–17.45 **Warsztat stolarski – Lampiony – sala Jeziorak**
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 17.00–18.00 **Degustacja wina – galeria obok Kosmetycznego Instytutu**
Wine degustation – gallery
- 18.00–19.30 **Wieczór saunowy cztery żywioły wraz z koncertem mis kryształowych – koszt 120 zł/osoba – zapisy w Centrum SPA**
Sauna evening with a crystal bowl concert
– cost 120 PLN/person – advance bookings
in the SPA Centre
- 18.15– 20.00 **Andrzejkowe Wróżby – sala Jeziorak**
St. Andrew's Fortune-telling – 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 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

01.12.2024

- 10.00–10.30** Stretch Kids – zajęcia rozciągające dla dzieci – sala fitness
Stretch Kids – stretching exercises for children – fitness room
- 10.00–11.30** Sensoryczny Poranek – wyklejanki ziarenkami – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room
- 11.00–11.45** Pilates – zajęcia wzmacniające wszystkie mięśnie ciała – sala fitness
Pilates – strengthening exercises – fitness room
- 12.00–13.30** Świateczki z Węży Pszczylej – sala Jeziorak
Art workshops, plays for children – Jeziorak room

GODZINY OTWARCIA / OPENING HOURS

| | | | |
|--|---------------------------------|--|----------------------------------|
| Restauracja Oranżeria Oranżeria Restaurant | | Restauracja Romantyczna Romantyczna Restaurant | |
| 07.30–10.30, 13.00–22.00 | | nieczynne/closed | |
| Café Plotka Plotka Café | Klub Farma Farma Club | Kosmetyczny Instytut Skin Care Institute | Centrum SPA SPA Centre |
| 07.30–22.00 | 19.00 | 09.00–21.00 | 07.00–22.00 |

DODATKOWO POLECAMY

ADDITIONALLY RECOMMENDED

PITAYA & GRAPEFRUIT ORZEŹWIAJĄCO-WITALIZUJĄCY ZABIEG NA CIAŁO

PITAYA & GRAPEFRUIT
REFRESHING-VITALIZING BODY TREATMENT

PILATES – ZAJĘCIA WZMACNIAJĄCE

PILATES – STRENGTHENING
EXERCISES

SALA FITNESS
11.00–11.45
FITNESS ROOM

KOSMETYCZNY INSTYTUT
09.00–21.00
SKIN CARE INSTITUTE



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 przygotowuje 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 Sommeliera, 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 sekret swoich przepisów

TERMIN WEEKENDU Z SZEFAМИ KUCHNI: 13-15 GRUDNIA – DAWID WOJCIECHOWSKI

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.



ŚWIĘTA BOŻEGO NARODZENIA NA MAZURACH

Ten szczególny czas spędź w pięknym świątecznym klimacie Bożego Narodzenia w Hotelu SPA Dr Irena Eris Wzgórza Dylewskie. Zapach choinki, blask kolorowych lampek, wyjątkowe menu oraz ciepła rodzinna atmosfera pozostawi na długo miłe wspomnienia. W tym wyjątkowym czasie czeka mnóstwo atrakcji zarówno dla dzieci, jak i dla dorosłych.

3 NOCLEGI W KOMFORTOWYM POKOJU W TERMINIE 23-26 GRUDNIA • ŚNIADANIA W FORMIE UROZMAICONEGO BUFETU, A W DNIACH 25 GRUDNIA I 26 GRUDNIA – ŚNIADANIE W ŚWIĄTECZNYM KLIMACIE • TRADYCYJNĄ, POLSKĄ KOLACJĘ WIGILIJNĄ W DNIU 24 GRUDNIA POŁĄCZONĄ Z WIZYTĄ ŚWIĘTEGO MIKOŁAJA W RESTAURACJI ORANŻERIA • KOLACJE À LA CARTE W RESTAURACJI ORANŻERIA (CENA NIE OBEJMUJE NAPOJÓW) • WIGILIJNE WARSZTATY PLASTYCZNE DLA RODZIN, PODCZAS KTÓRYCH BĘDZIE MOŻLIWOŚĆ STWORZENIA OZDÓB CHOINKOWYCH • WIECZORY PRZY KOMINKU Z MUZYKĄ NA ŻYWO W CAFÉ PLOTKA • ZAJĘCIA SPORTOWE DLA DOROSŁYCH I LICZNE ANIMACJE DLA DZIECI • RELAKS W CENTRUM SPA (2 BASENY, ZESPÓŁ SAUN, SIŁOWNIA, STUDIO CARDIO) • MIEJSCE PARKINGOWE.