

## HARMONOGRAM ATRAKCJI

**23-29.03.18**

### PIĄTEK 23.03.2018

- 14:00-22:00 Sauna Fińska w Apiforium (zewnątrznej saunie)- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
14:30-15:00 Warsztaty w senseSPA- stwórz swój własny peeling z naszą terapeutką  
20:30-21:00 Seans cytrusowy w Apiforium (zewnątrznej saunie)

### SOBOTA 24.03.2018

- 09:00-20:00 Sauna Fińska w Apiforium (zewnątrznej saunie)- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
17:00-20:00 Degustacja regionalnych produktów i własnych wyrobów w restauracji Ogrodowej. Spróbuj lokalnych specjałów i kup je już w niedzielę na Jarmarku Dębowego.  
19:30-20:00 Seans orzeźwiający w Apiforium (zewnątrznej saunie)  
20:00-00:00 Noc Saunowa „Powiew Wiosny w saunie”  
Garść informacji na temat poprawnego saunowania, 4 seanse saunowe (powiew świeżości, słodki, solny, na dobry sen), tworzenie własnego peelingu, chłodzenie w biostawie, przekaski (deska serów, deska wędlin, pikle, smalec, pieczywo), napoje (woda, herbata zielona, sok jabłkowy). Zapisy w Recepcji do godz.15:00. Cena dla Gości Hotelowych 60,-PLN/1 osoba. Cena dla Gości z zewnątrz 80,-PLN/1 osoba, 150,-PLN/para.

### NIEDZIELA 25.03.2018

- 09:00-17:00 Sauna Fińska w Apiforium (zewnątrznej saunie)- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
11:00-11:30 Seans owocowy w Apiforium (zewnątrznej saunie)  
10:00-16:00 Jarmark Dębowego- przedłuż swoją przyjemność i zabierz ulubione smaki do domu. Kup lokalne produkty, naturalne miody i kosmetyki  
14:00-17:00 Animacje dla dzieci w Restauracji Ogrodowej

### PONIEDZIAŁEK 26.03.2018

- 12:30 - 13:00 "Eliksir Młodości Prosto z Tybetu- 5 ćwiczeń tybetańskich mnichów, które pozwolą przez długie lata cieszyć się witalnością, młodością i dobrym samopoczuciem"  
14:00-20:00 Sauna fińska w Apiforium- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
15:00-15:30 Trening Jacobsona w Euforium - rozluźnij ciało, a zmniejszysz napięcie emocjonalne. Naucz się jak kawałek po kawałku uspokoić ciało i ukoić ducha z pomocą opracowanej przez Jacobsona metody  
19:00-19:30 Seans słodki w Apiforium (zewnątrznej saunie)

### WTOREK 27.03.2018

- 12:30-13:00 Spacer po okolicznym parku z elementami sylwoterapii  
14:00-20:00 Sauna fińska w Apiforium- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
15:00-15:30 Pokaz masażu misą tybetańską w senseSPA  
19:00-19:30 Seans orzeźwiający w Apiforium (zewnątrznej saunie)

### ŚRODA 28.03.2018

- 12:30-13:00 Trening Jacobsona w Euforium - rozluźnij ciało, a zmniejszysz napięcie emocjonalne. Naucz się jak kawałek po kawałku uspokoić ciało i ukoić ducha z pomocą opracowanej przez Jacobsona metody  
14:00-20:00 Sauna fińska w Apiforium- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
15:00-15:30 Warsztaty w senseSPA- stwórz swój własny peeling z naszą terapeutką  
19:00-19:30 Seans ziołowy w Apiforium (zewnątrznej saunie)

### CZWARTEK 29.03.2018

- 12:30-13:00 "Eliksir Młodości Prosto z Tybetu- 5 ćwiczeń tybetańskich mnichów, które pozwolą przez długie lata cieszyć się witalnością, młodością i dobrym samopoczuciem"  
14:00-20:00 Sauna Fińska w Apiforium (zewnątrznej saunie)- sauna sucha (80-100°C) z niskim poziomem wilgotności  
15:00-15:30 Pokaz masażu świecą sojową w senseSPA  
19:00-19:30 Seans leśny w Apiforium (zewnątrznej saunie)

## HAPPY HOURS W RESTAURACJI OGRODOWEJ

**CODZIENNIE W GODZINACH 13:00 – 15:00 SZEFEKUCHNI RESTAURACJI OGRODOWEJ**

**POLECA TRZYDANIOWY ZESTAW OBIADOWY**

**CENA: 45,-PLN**

Zapisy w Recepcji Hotelu minimum 2 godziny przed planowaną aktywnością.  
Zapraszamy serdecznie!

\* Możliwa zmiana harmonogramu ze względu na warunki atmosferyczne oraz sytuacje niezależne od Hotelu