

PROGRAM POBYTU DLA TURNUSU 14 - DNIOWEGO

NIEDZIELA, dzień I: przyjazdy, zakwaterowanie do godz. 17.00

Godz. 18.30 – KOLACJA - powitanie uczestników pobytu przez Przedstawiciela hotelu

PONIEDZIAŁEK, dzień II

7.00 – 8.00 – śniadanie

8.15 – spotkanie organizacyjne w Sali konferencyjnej z Opiekunem turnusu z POPON

Ustalenie harmonogramu zabiegów dla każdego uczestnika

10.00 – gimnastyka w terenie – wykorzystanie elementów wokół hotelu

11.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa – dojdzie spacerem wzdłuż Jeziora Malta

14.00 – obiad

15.00 – 16.00 – przerwa

16.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa - dojdzie spacerem wzdłuż Jeziora Malta

19.00 – kolacja

WTOREK - PIĄTEK, dni III - VI

7.00 – 8.00 – śniadanie

8.15 – gimnastyka w terenie – wykorzystanie elementów wokół hotelu

9.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa – dojdzie spacerem wzdłuż Jeziora Malta

14.00 – obiad

15.00 – 16.00 – przerwa

16.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa - dojdzie spacerem wzdłuż Jeziora Malta

19.00 – kolacja

SOBOTA, dzień VII

7.00 – 8.00 – śniadanie

14.00 – obiad - wyjazd

Czas wolny

19.00 – kolacja

NIEDZIELA, dzień VIII

8.00 – 9.00 – śniadanie

Czas wolny

14.00 – obiad

Czas wolny

19.00 – kolacja

PONIEDZIAŁEK - CZWARTEK, dni IX - XII

7.00 – 8.00 – śniadanie

8.15 – gimnastyka w terenie – wykorzystanie elementów wokół hotelu

9.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa – dojdzie spacerem wzdłuż Jeziora Malta

14.00 – obiad

15.00 – 16.00 – przerwa

16.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa - dojście spacerem wzdłuż Jeziora Malta

19.00 – kolacja

PIĄTEK, dzień XIII

7.00 – 8.00 – Śniadanie

8.15 – gimnastyka w terenie – wykorzystanie elementów wokół hotelu

10.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa - dojście spacerem wzdłuż Jeziora Malta

14.00 – obiad

15.00 – 16.00 – przerwa

16.00 – zabiegi rehabilitacyjne w przychodni POPON ul. Wiankowa - dojście spacerem wzdłuż Jeziora Malta

19.00 – kolacja uroczysta pożegnalna

SOBOTA, dzień XIV

7.00 – 8.00 – śniadanie

14.00 – obiad - wyjazd

PONIEDZIAŁEK – SOBOTA

Aquapark – Uczestnicy korzystają z oferty w czasie pomiędzy zabiegami