



Program wellness pobytu ve Valči

Sobota 25.11.2017

- 10,30 – 11,30 aromaterapie pro podzimní a zimní období
- 11,45 – 12,45 kruhový trénink
- Od 13,00 ubytování
- 17,00 – 18,00 hathajóga – podvečerní jóga
- 18,00 – 18,30 prezentace Party lite
- 19,30 – 20,30 večeře

Neděle 26.11.2017

- 07,00 – 8,00 powerjóga – ranní jógové protažení
- 08,00 – 10,00 snídaně

Po celou dobu našeho pobytu máte možnost využít prostory wellness centra bez omezení. V neděli až do 12 hodin. Na pokojích jsou k dispozici župany. Hodiny cvičení, přednáška, prezentace – vše využijte dle Vašich představ o tom, nakolik aktivně si víkend chcete užít. V případě zájmu o masáže a další hotelové služby, si rezervujte předem telefonicky nebo mailem na hotel, doporučuji několik dní před naším příjezdem, aby byla daná služba k dispozici. Vánoční čepičku a jiné doplňky sebou -)))

Pro dotazy jsem k dispozici na mailu: iva@zdravaaktivnizena.cz

Těším se na vás, jistě si to moc příjemně užijeme.