

LIFESTYLE HOTEL MÁTRA

ANIMÁCIÓS PROGRAMOK

December 05. HÉTFŐ	December 06. KEDD	December 07. SZERDA	December 08. CSÜTÖRTÖK	December 09. PÉNTEK	December 10. SZOMBAT	December 11. VASÁRNAP
10.00-11.30 3 km-es séta a Kecske-bérchez				10.00-12.00 5 km-es túra az Ó-Farkas kúthoz	10.00-12.00 5 km-es túra a Rákóczi-forráshoz	
13.00-13.40 Alakformáló edzés (Meditációs szoba)				13.00-13.40 Fitball edzés (Meditációs szoba)	13.00-13.40 Relaxációs stretching (Meditációs szoba)	
14.00-14.45 Mikulás készítése dekorgumiból (Kreatív terem)				14.00-14.45 Adventi naptár készítése papírból (Kreatív terem)	14.00-14.45 Hóember készítés papírgurigából (Kreatív terem)	
15.15-15.30 Találkozás Lifivel, a kabalanyuszival (Lobby)				15.15-15.30 Találkozás Lifivel, a kabalanyuszival (Lobby)	15.00-15.30 Rénszarvas készítés pálcikából (Kreatív terem)	
16.00-16.30 Eszközös vízitorna				16.00-16.30 Átmozgató vízitorna	16.00-16.30 Eszközös vízitorna	
17.00-17.15 "Tápláló" mézes SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.15 "Vitamin+" gyümölcsös SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)		17.00-17.15 "Bórszépítő" sós-uborkás SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.15 "Winter Time" cukor-narancs SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.15 "Radler" sörös-citromos SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.15 "Sun of Jamaica" cukor-kiwi- banán SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)
				18.45-19.00 Találkozás Lifivel, a kabalanyuszival (Lobby)	17.00-17.45 Hógömb készítés papírból (Kreatív terem)	
				19.15-19.45 1 perc és nyersz vetélkedő gyerekeknek (Lobby)	18.45-19.00 Találkozás Lifivel, a kabalanyuszival (Lobby)	
					19.15-19.45 Minidisco (Lobby)	

Részvétel a szauna ceremónián: 900 Ft/fő. Gyermekek és sportfoglalkozásokra, valamint a szauna programokra kérjük, előzetesen (legalább egy órával a kezdés időpontja előtt) jelentkezzenek be a SPA recepcióra. A sétára és a túrára gyülekező a szálloda recepciójánál. A túrákat időjárás függvényében tartjuk meg. Érdeklődni a SPA recepcióra.