

LIFESTYLE HOTEL MÁTRA

ANIMÁCIÓS PROGRAMOK



Szeptember 18. HÉTFŐ	Szeptember 19. KEDD	Szeptember 20. SZERDA	Szeptember 21. CSÜTÖRTÖK	Szeptember 22. PÉNTEK	Szeptember 23. SZOMBAT	Szeptember 24. VASÁRNAP
			10.00-12.00 5 km-es túra a Bükkfa-kúthoz	10.00-11.30 4 km-es túra a Gyökeres-forráshoz	10.00-12.30 6 km-es túra Mátraházára	
			13.00-13.40 Alakformáló edzés (Meditációs szoba)	13.00-13.40 Fitball edzés (Meditációs szoba)	13.30-14.15 Süni készítése dekorgumiból (Argentum terem)	
			14.00-15.30 3 km-es Nordic Walking séta a Görgői úton	14.15-14.45 Kincskeresés (Indulás a recepcióról)	14.45-15.30 Erdősmereti séta gyerekeknek (Indulás a recepcióról)	
			16.00-16.30 Eszközös vízitorna	15.15-15.30 Találkozás Lifivel, a kabalanyuszival (Lobby)	16.00-16.30 Eszközös vízitorna	
		17.00-17.20 "Indián nyár" gyümölcsös SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.20 "Megnyugvás" só-levendula SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.20 "Motiváció a léleknek" jég-menta-citrom SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.20 "Retro percek" méz-alma SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)	17.00-17.20 "Citrus Mix" cukor-narancs SAUNA CEREMÓNIA (Finn szauna)
				17.00-17.45 2 km-es séta a Hanák Kolos kilátóhoz (Indulás a recepcióról)	17.00-17.45 Csiga készítése papírtányérból (Argentum terem)	

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 recepción. A sétára és a túrára gyülekező a szálloda recepciónál. A túrákat időjárás függvényében tartjuk meg. Érdeklődni a SPA recepción.