

Sportovně relaxační



víkend

Strnadovský mlýn, Dobrošovice, Sedlec – Prčice

26. 10. 2012 – 28. 10. 2012 (pátek – neděle)

s Evou Rudolfovou

Doprava vlastní **Cena víkendu 4594,- Akční 40% sleva = za celý víkend zaplatíte jen 2.750 Kč**

Plná penze - snídaně formou bufetu (nápoje v ceně)

Oběd a večeře - výběr ze třech hlavních jídel (nápoje za poplatek)

KOSMETIKA - Petra E. (výběr ze čtyř variant)

1. Celkové ošetření pleti a zábal na ruce s peelinkovou masáží (povrchové čištění, peeling, masáž obličeje, krku a dekoltu s použitím lávových kamenů, úprava obočí, maska, vitalizační sérum)
2. Mikromasáž očního okolí a zábal na ruce s peelinkovou masáží (povrchové čištění, mikromasáž očního okolí, úprava obočí, maska na oční okolí, vitalizační sérum)
3. Aromaterapeutická masáž obličeje, krku, šíje a hlavy (povrchové čištění, peeling, masáž, úprava obočí, maska, vitalizační sérum) a zábal na ruce s peelinkovou masáží
4. Japonská rituální obličejová masáž KOBIDO (povrchové čištění, peeling, úprava obočí, maska, vitalizační sérum) a zábal na ruce s peelinkovou masáží

MASÁŽE - Marie J. (výběr ze čtyř variant)

1. Klasická masáž zad a ramen s použitím uvolňovacích technik
2. Masáž zad a ramen s použitím lávových kamenů
3. Masáž nohou
4. Klasická relaxační masáž zad
5. Hawaická masáž
6. Masáž bylinnými měšci

PEDIKÚRA - Zdeňka K.

(výběr ze třech variant)

1. Medicinální pedikúra
2. P-shine
3. Masáž nohou a lakování nehtů

PÁTEK

- 15:00 - 16:00 - příjezd
- 16:00 - informační schůzka – restaurace
- 16:30 - vytyčování
- 17:00 - ZUMBA - mlýnice
- 19:00 - večeře
- 20:00 - masáž, kosmetika, pedikúra
- 21:00 - sauna, jízda na koni na objednání

SOBOTA

- 8:00 - snídaně
- 10:00 - ZUMBA - mlýnice
- 8:30 - 12:30 - masáže, kosmetika, pedikúra
- 12:30 - oběd
- 14:00 - 16:30 - masáže, kosmetika, pedikúra
- 16:30 - ZUMBA - mlýnice
- 17:45 - masáže, kosmetika, pedikúra
- 18:30 - večeře
- sauna, jízda na koni na objednání

NEDĚLE

- 8:00 - snídaně
- 9:00 - 10:00 - balení a vyklizení pokojů
- 10:00 - ZUMBA - mlýnice (možnost osprchování)
- 12:00 - oběd a odjezd



Další odborné informace – Eva Rudolfová 603 863 594

Rezervace a přihlášky e-mailem na mlyn@strnadovskymlyn.cz či tel. 602219601