



Víkend na Sečské přehradě

15. – 17. 6. 2012



*Srdečně Vás zveme na cvičebně- relaxační víkend do krásného
prostřední ČHKO Železných hor.*

Ubytování je zajištěno ve dvou a třílůžkových pokojích v krásném nově zrekonstruovaném rekreačním areálu hotelu Jezerka ***, který je umístěn 200m od vodního díla Sečská přehrada. K standardnímu vybavení pokojů patří koupelna se sprchovým koutem, WC, televize, internet, lednice a telefon.

Hotel Jezerka nabízí velké množství sportovního využití. K dispozici je zde fitness, bowling, tenis, squash, aerobní sál, golfový treňažér, laserová střelnice, venkovní i krytý bazén, sauna, vířivka, infrakabina a solárium.

Stravování – plná penze je zajištěna v hotelové restauraci.

Ze sportovních aktivit jsme pro vás připravily 6 hodin cvičení s Lenkou. Kromě aerobiku si zacvičíte zumbu, P-class a power jogu. Zároveň využijeme bazén, saunu, vířivku, squashové kurty a golfový treňažér. Sobotní odpoledne si zpestříme plavbou na lodičkách po přehradě a večer turnajem v bowlingu.

Cena: 2.890,-Kč

Zaplacení víkendu (stačí záloha) nejpozději do 15. 4. 2012

V ceně je zahrnuto: ubytování, plná penze, svačiny, pitný režim, cvičení s Lenkou, squash, výlet na lodičkách, bazén, sauna, vířivka, golfový treňažér a bowling.

Kontakt: Renata Zápotocká tel. 775 246 033

e-mail: renata.zapotocka@seznam.cz

www.vyzivovyporadce-hubnuti.cz



Program víkendu

Pátek :

17.00hod. - příjezd
17.30 – 18.30hod. cvičení s Lenkou
19.00 – 20.00hod. volný vstup do bazénu
20.00 hod. večere



Sobota :

8.00 – 8.30hod. snídaně
9.00 – 11.30hod. cvičení s Lenkou
11.00 – 12.00hod. squash /golfový тренаžér
12.00 – 12.30hod. oběd
13.00 – 15.00hod. výlet na lodičkách po slapské přehradě
15.00 – 17.00hod. pěší výlet „ Sečský okruh“
17.00 - 19.00hod. squash
18.00 – 19.00hod golfový тренаžér
19.00 – 19.30hod. večere
20.00 – 22.00hod. turnaj v bowlingu/ golfový тренаžér



Neděle :

8.00 – 8.30 snídaně
9.00 – 11.00hod. cvičení s Lenkou
11.00 – 12.00hod. bazén
12.30 – 13.00 hod. oběd
14.00hod. odjezd



Na zpáteční cestě návštěva zámku Žleby

