

Rodinný penzion U Pohody, Motto: „Na pohodu U Pohody“



Relax a fit víkend pro ženy

Zveme Vás na pohodový víkend v rodinném penzionu U Pohody v Krušných horách. Vychutnáte si domácí kuchyni, krásné výhledy a klidné prostředí pro relaxaci i aktivní dovolenou jako stvořené.

Termín: 8.11. - 10.11.2019 (příjezd v pátek 16:00 – 17:00h., odjezd v neděli 10:00 – 11:00h.)

Místo: Penzion U Pohody Kovářská - www.penzion-upohody.cz

Dlouhá 481, 431 86 Kovářská

Pobyt a program zahrnuje:

- ubytování (možnost v 2-4 lůžkových pokojích, při rezervaci můžete uvést spolubydlící, kapacita omezena - max. 10 účastnic)
- plná penze (kvalitní domácí kuchyně zahrnující snídani, oběd, večeři)
- sauna (k dispozici po domluvě po celou dobu pobytu)
- 1x masáž
- možnost zvažení/změření na přístroji Tanita a scan nohou na přístroji Podoscop
- tejpování
- 3x cvičení (1x s Bc. Janou Břízovou a 2x s Ing. Petrou Šmerákovou)
- 2 odborné přednášky (z oblasti fyzioterapie a výživového poradenství/zdravého životního stylu)
- možná procházka a poznání krásné přírody a okolí



Bc. Jana Břízová

<http://rehabilitacezatec.cz>



Ing. Petra Šmeráková

<http://www.hubnutispetrou.cz>

Cena: 3600,- Kč / osoba / víkend

Rezervace: Miloslava Mederová Dolenská, penzionupohody@gmail.com , +420 720 756 506

www.penzion-upohody.cz



Bližší informace budou zaslány emailem týden před akcí.

