

Rekondiční pobyt Pavla Vlachovice

Vedoucí pobytu: Romana Konečná a Kamila Neplechová
Cvičitelé: Maruš Vodičková, Romana Konečná (cvičení), Miloš Staněk (bazén)
Zdravotník: Ivana Vývodová
Masáže: Luděk Oblouk, Jana Vývodová

Platba: 4 000/4 500 Kč na účet nebo na klubu

Začínáme obědem 10.05.2026, končíme snídaní 17.05.2026

Doprava: vlastními auty NEBO hromadný odjezd minibusem **10.05.2026 v 09:00 od hotelu Grand**, zpět 17.05.2026 po snídani. Podle počtu osob budeme doplácet 350 – 500 Kč, aby to bylo spravedlivé – ti, kdo jedou vlastním autem, si to také platí

Ubytování: pokoje po 2 nebo po 3

Program:

Denně rozcvička, cvičení, procházky

11.05. – návštěva bylinkové farmy Sedmikráska Vříšť – nákup bylinkových produktů, možnost využití bazénu. Kdo ví předem, jaké bylinky z Vříště chce, objednávejte předem u paní Urbánkové (<https://www.sedmikraska-bylinky.cz>, <https://www.facebook.com/profile.php?id=100078203202263>) nebo přes Romanu

12.05. – SISU grip hole – představení, trénink

Denní program najdete viset na místě, změna programu vyhrazena.

Luděk Oblouk – spirální stabilizace, případně masáže domluvíme podle zájmu 11.05. a 12.05., cena: 600 Kč (55' masáž + 5' přestávka)

Jana Vývodová – klasická masáž 13.05. a 14.05., cena 500 Kč (50' masáž + 10' přestávka)

S sebou: průkaz totožnosti, průkaz ZTP, ZTP/P, léky, které užíváte, **podložky na cvičení**, dobré boty, plavky, **dárek do tomboly, dobrou náladu a jakýkoliv bonus vás napadne**

Kontakt: Kamila Neplechová, tel. 731 513 409, mail: kamila.roska@seznam.cz
Romana Konečná, tel. 777 218 594, e-mail: romi.konecna@seznam.cz