

WELLNESS SLAVÍČ 26.3. - 28.3.2021

Program víkendu

Pátek 26.3.2021

- 14,00 – 15,00 příjezd, ubytování – koktejl plný vitamínů a enzymů
15,45 – 16,00 zahájení akce - *Argitabs před výkonem zvýší efektivitu cvičení*
16,00 – 16,50 **Easy dance** *Finedrik- vitamíny a minerály v nápoji*
17,00 – 18,00 **Jogalates ball** *Mineraltabs po výkonu*
18,30 – 19,30 večeře
20,00 – 22,00 **zážitková sauna + venkovní whirlpool...**
HOT 3 pro krásu: mandarinkový peeling, detoxikační maska 4v 1, tělový balzám

Sobota 27.3.2021

- 7,30 – 8,15 **ranní rituály (5 Tibeťanů + fresh jóga)**
Flexigel 25 ml po výkonu a před jídlem - frajer kolagen pro vaše svaly
8,30 – 9,15 zdravá snídaně *Argitabs před výkonem*
10,00 – 13,00 **svižná malá túra + posílení celého těla (pomůcky, gumičky, paličky)**
(celý cvičební blok bude probíhat na čerstvém vzduchu)
13,30 – 15,30 lehký oběd + relax *mineraltabs po obědě*
15,30 – 16,15 **full body** *spirdietabs + proteinové smoothie*
16,30 – 18,00 **lekce jógy pro stimulaci lymfatického systému, uvolnění, meditace**
18,30 – 19,30 večeře
20,00 – 22,00 **zážitková sauna + venkovní whirlpool...**
15 minut masáž očního okolí masážními brýlemi- cena 50-Kč

Neděle 28.3.2021

- 8,30 – 9,30 **ranní jóga- pozdrav slunci**
Flexigel 25 ml po výkonu a před jídlem
9,30 – 9,45 **ukončení akce + rozloučení**
10,00 – 11,11 snídaně
Mezi lekceami zajištěn pitný režim, doplňování minerálů, vitamínů a fit občerstvení. Těšíme se na Vás a věříme, že si celý program užijete.
Během celého pobytu budou k dispozici modely od módní návrhářky Lady Vyvalové, které Vám bude prezentovat Andrea Pavlíková

Iveta a Milka

