

Vila Terezie

a

VANKEFITNESS

PROFESIONÁLNÍ VEDENÍ OSOBNÍCH TRENINKŮ

Kateřina Novotná a Petr Vaněk



Vila Terezie, Jarmilina stezka 232

Staré Splavy, 471 63

T: +420 722 949 781

E: kt.novotna@volny.cz

<http://www.machovojezero-ubytovani.cz/>

Fitness centrum, 28. října 2707

470 06 Česká Lípa

E: vankefitness@email.cz

Pořádají víkendové wellness pobyty.

Chcete zhubnout, zformovat svou postavu, naučit se správně jíst, správně cvičit, navštivte naše víkendové pobyty, kde vás všemu naučíme. Výuka probíhá v jednom z největších fitness center v ČR na profi strojích KWK a Nautilus.



Ubytování je zajištěné v malebném městečku Staré Splavy u Máchova jezera, ve Vile Terezie.



Vila Terezie nabízí kompletně vybavené pokoje se sociálním zařízením, TV (satelit), video a dvd přehrávač (v apartmánu), nabízí maximální pohodlí pro náročnější klientelu i kolektivy. K dispozici je 5 pokojů s celkem jedenácti lůžky a třemi přistýlkami, kompletně **vybavená kuchyně** (el.sporák se sklokeramickou deskou a troubou, mikrovlnkou, lednicí, **mrazákem**, a základním nádobím..).



U kuchyně je jídelní kout ke společnému stolování. a společenská místnost. Na zahradě je k dispozici bazén 7 krát 4 metry. Jedná se o opravdu komfortní a zároveň levné ubytování na Máchově jezeře.

Cena pobytu

Cena pobytu je 3.900,- Kč - v ceně je ubytování, stravování, výuka, cvičení.

Program pobytu

- | | | |
|---------------|---|--|
| Pátek | <ul style="list-style-type: none">▪ příjezd do vily Terezie - ubytování▪ večeře | Snídaně: 07:00 hodin |
| Sobota | <ul style="list-style-type: none">▪ snídaně▪ odjezd do fitness centra, výuka trvá 2 hodiny▪ dopolední svačinka▪ oběd▪ výživový seminář, přednáška▪ odpolední svačina▪ odjezd do fitness centra, výuka trvá 2 hodiny▪ večeře▪ společenské posezení doprovázené živou hudbou (do 23:00 hodin) | Svačina: 10:00 hodin
Oběd: 12:30 hodin
Svačina: 15:00 hodin
Večeře: 19:00 hodin |
| Neděle | <ul style="list-style-type: none">▪ snídaně▪ odjezd do posilovny, výuka trvá 2 hodiny▪ dopolední svačinka▪ oběd▪ volný program, (možnost objednání masáží)▪ odpolední svačina▪ odjezd do fitness centra, výuka trvá 2 hodiny▪ večeře | |