



TURNUS INTEGRACYJNO – WYPOCZYNKOWY SENIOR 50+

Poczuj dobroczynną moc płynącą z natury. Zaplanuj wyjątkowy pobyt w otoczeniu Popradzkiego Parku Krajobrazowego. Doskonała lokalizacja Naszego obiektu wśród sosnowych drzew idealnie wpływa na walory zdrowotne. Sosna jest doskonałym lekiem na wszelkie choroby związane z bólem mięśni i reumatyzmem oraz choroby układu pokarmowego. Barcice oddalone są od centrum miasta, dlatego goście delektują się spokojem i mogą odetchnąć pełną piersią. Jest to bardzo ważne w przypadku osób starszych, które muszą szczególnie mocno pracować nad tym, aby jak najdłużej pozostać w dobrej kondycji fizycznej. Pobyt w górach ma pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne seniorów. Cisza, spokój i piękno przyrody pozwolę się odprężyć i zrelaksować, pomogą także w zmniejszeniu stanów lękowych i depresji, które często występują w starszym wieku. Tak zorganizowany pobyt stanowi również okazję do nawiązania ciekawych znajomości.

Zamknij oczy ...poczuj ten delikatny wiatr i Ciebie delektującego się filiżanką lokalnych ziół z widokiem na rzekę Poprad oraz na rozciągający się widok lokalnych lasów, gdzie czas płynie wolno wśród śpiewu ptaków.

Zaplanuj 7 –dniowy pobyt z wyżywieniem

Program pobytu zawiera:

- 6 noclegów
- wyżywienie 3 posiłki dziennie (dopłata do diet)
- wieczorek integracyjny w Karczmie grillowej
- prelekcja dotycząca zdrowego trybu życia, wzmocnienie kondycji fizycznej
- aerobik poranny
- wieczorki tematyczne
- koloroterapia w saunie parowej
- aromaterapeutyczne saunowanie w towarzystwie olejków eterycznych w saunie suchej
- siłownia
- wanna spa

-basen zewnętrzny

-szachy plenerowe, bilard, tenis stołowy, rowery

- Nordic Walking wzdłuż rzeki Poprad

Podczas pobytu dostępne również (odpłatnie):

-spływ pontonowy rzeką Poprad

- wycieczka krajobrazowa bryczką konną,

-wycieczka autokarowa na baseny termalne

-wycieczka autokarowa Doliną Popradu do Ogrodów Sensorycznych Muszyna

-wycieczka autokarowa do Miasteczka Galicyjskiego oraz Skansenu

Nie odkładaj decyzji na później !

Już dziś zarezerwuj Pobyt dla seniora w górach z wyżywieniem i licznymi atrakcjami.



Sfinansowane przez
Unię Europejską
NextGenerationEU



 **PARP**
Grupa PFR

 **KRAJOWY
PLAN
ODBUDOWY**