



7 DNI

DLA REKORDU

TYDZIEŃ DLA REKORDU

Doświadczona kadra Instytutu Genesis – trenerzy personalni, fizykoterapeuci i dietetycy – pomogą Ci poprawić wydolność i osiągnąć wymarzone rezultaty bez narażania się na kontuzje i przeciążenia. Dietetyk na podstawie analizy składu ciała i Twoich preferencji, opracuje optymalną, wzmacniającą organizm, energetyczną dietę, według której Szef Kuchni Hotelu Nadmorskiego**** przygotowuje dla Ciebie posiłki.

DLA 1 OSÓB
W POKOJU 1 OSOBOWYM
KLASY BIZNES

menu dietetyczne

3 599 zł

7 DNI / 6 NOCY

DLA 1 OSÓB
W POKOJU 1 OSOBOWYM
KLASY BIZNES

obiadokolacja a'la carte

4 199 zł

7 DNI / 6 NOCY

DLA 2 OSÓB
W POKOJU 2 OSOBOWYM
KLASY BIZNES

menu dietetyczne

5 799 zł

7 DNI / 6 NOCY

DLA 2 OSÓB
W POKOJU 2 OSOBOWYM
KLASY BIZNES

obiadokolacja a'la carte

6 399 zł

7 DNI / 6 NOCY

(cena zawiera podatek VAT i opłatę klimatyczną)

7 dni podsumujemy rezultaty. Wyjedziesz czując pozytywną różnicę, wzbogacon/a wzbogacony o wiedzę, która pozwoli Ci kontynuować drogę do kolejnego rekordu po powrocie do domu.

W programie można uczestniczyć **indywidualnie lub z drugą osobą**. Przewidujemy również opcję wspólnego pobytu w Hotelu, ale indywidualnego udziału w Programie. Do wyboru pozostawiamy także opcję posiłków podczas pobytu: korzystanie z **dedykowanego menu dietetycznego lub śniadań w formie bufetu i menu obiadowej serwowanej a'la carte w hotelowej Restauracji.**

Bez dodatkowych opłat możesz wypożyczyć rower i kijki do nordic walking oraz poćwiczyć w profesjonalnie wyposażonej siłowni. Po wysiłku fizycznym bezpłatnie skorzystasz z łaźni parowej, sauny suchej lub jacuzzi.

7 dni

to akurat tyle, by poczuć pozytywną różnicę i zapoczątkować prawdziwą przemianę na drodze do:

- jeszcze większej wytrzymałości;
- poprawy sprawności;
- jeszcze lepiej funkcjonującego organizmu.

W ciągu 7 dni proponujemy Ci aż 25 indywidualnych wizyt w Instytucie Genesis, a podczas nich poprzedzone konsultacjami:

- treningi personalne, podczas których wzmocnisz siłę i kondycję oraz wypracujesz skuteczną reakcję na dotychczasowe ograniczenia, skorygujesz błędy w ćwiczeniach i zoptymalizujesz wysiłek;
- zabiegi fizjo- i fizykoterapeutyczne lub rehabilitacyjne, które zniwelują napięcie oraz ewentualne dolegliwości bólowe czy dyskomfort odczuwany przy zwiększonym fizycznym obciążeniu organizmu;
- zabiegi i rytuały, dzięki którym zrelaksujesz się po wysiłku i zregenerujesz organizm.

W cenie programu standardowo otrzymujesz komfort:

- noclegi w pokoju klasy biznes: jedno- lub dwuosobowym;
 - pełne wyżywienie w formie codziennej pięcioposiłkowej diety lub obiadowej;
 - dostęp do bezprzewodowego Internetu Wi- Fi lub LAN;
 - bezpłatny parking przy hotelu;
 - przedłużona do godziny 18:00 doba hotelowa w dniu wyjazdu*
- *po wcześniejszym ustaleniu i potwierdzeniu z działem recepcji.

Jeśli chciałabyś/chciałbyś zostać u nas dłużej, przygotujemy dla Ciebie indywidualną, korzystną ofertę cenową.