



HOTEL ★ ★ ★ ★  
NADMORSKI | BUSINESS  
POSITIVE

**GENESIS**  
INSTYTUT



# ZDROWY KĘGOSŁUP

ELEMENT KOMFORTU ŻYCIA



## Tęsknisz za codziennością bez problemów z kręgosłupem?

Zadbaj o zdrowy, silny kręgosłup - jeden z najważniejszych elementów odpowiedzialnych za Twój komfort życia.

Przyjedź do Hotelu Nadmorskiego\*\*\*\* i wraz z naszymi specjalistami zrób pierwszy krok by zregenerować swój kręgosłup. Pomożemy skutecznie złagodzić lub zupełnie zniwelować Twoje dolegliwości.

### NADMORSKA ODNOWA

Siedzący tryb pracy, stres, wady postawy i brak codziennej, aktywności fizycznej, to nie jedyne przyczyny problemów z kręgosłupem.

Zespół specjalistów z Instytutu Genesis pomoże Ci zdiagnozować problem i dobrać odpowiednią dla Ciebie terapię oraz zabiegi.

Fizjoterapeuta wykona testy funkcjonalne w celu oceny Twojej sprawności fizycznej oraz opracuje zestaw ćwiczeń dostosowany do Twoich indywidualnych możliwości i potrzeb. Zapozna Cię również z podstawowymi technikami automasażu i zachęci do wyrobienia nawyku prawidłowej postawy w codziennych czynnościach.

### ZDROWA AKTYWNOŚĆ

Lokalizacja Hotelu Nadmorskiego obok plaży i Bulwaru Nadmorskiego zachęca do wzmoczonej aktywności ruchowej.

Skorzystaj z dostępnych w hotelu rowerów lub kijków do Nordic Walking i aktywnie odkrywaj niezwykle otoczenie. Możliwość korzystania z siłowni, znacząco poprawi Twoją kondycję.

Dzięki testom mobilności układu ruchu i wskazówkom od fizjoterapeuta, aktywność fizyczna będzie dla Ciebie bezpieczna i zdrowa. Po całym dniu odprężenie przyniosą spacery plażą, kojący szum fal i piękne nadmorskie widoki.

Spokojna okolica hotelu zapewni ciszę oraz wyjątkowy klimat do szybkiej regeneracji i zdystansowania się od codzienności.

### ENERGIA NA TALERZU

Bogate śniadania przygotowane z produktów regionalnych, własnych wyrobów oraz produktów BIO dodadzą Ci witalności a Bomba witaminowa w postaci świeżo wyciskanych soków i świeżo palona kawa Arabika, wpłynię na Twoją energię.

Wyśmienite i pełnowartościowe kolacje dostarczą cennych składników odżywczych i zapewnią siły na kolejny dzień.

### W CENIE OFERTY

- ▶ **Konsultacja z fizjoterapeutą\*** oraz terapia manualna i zalecenia;
- ▶ **Konsultacja z fizjoterapeutą\*\***;
- ▶ **Zestaw indywidualnie dobranych ćwiczeń**;
- ▶ **Możliwość korzystania z siłowni i sauny\***;
- ▶ **Bezpłatne wypożyczenie rowerów, kijków.**

\* prosimy o wcześniejszą rezerwację miejsca w Instytucie Genesis: +48 512 025 942

### KOMFORTOWY POBYT

- ▶ **Komfortowe noclegi** w pokoju jedno lub dwuosobowym;
- ▶ **Energetyczne BIO śniadania** wzbogacone o regionalne oraz własne produkty;
- ▶ **Urozmaicone, pełnowartościowe obiadokolacje**;
- ▶ **Dostęp do bezprzewodowego Internetu Wi-Fi**;
- ▶ **Bezpłatnie** miejsce w monitorowanym garażu podziemnym lub na parkingu hotelowym - rondo (ilość miejsc ograniczona);
- ▶ **Możliwość przedłużenia do godziny 18.00** doby hotelowej w dniu wyjazdu\*.

\* po wcześniejszym ustaleniu i potwierdzeniu z Recepcją:  
+48 58 667 77 77

### SKORZYSTAJ ZE ZNIŻEK

- ▶ 25% rabatu na zabiegi z zakresu fizjoterapii\*;
- ▶ 10% na usługi oferowane przez Instytut Genesis\*;
- ▶ 10% na zakup produktów marki Baltic Collagen®;
- ▶ 20% na hotelową gastronomię (bez napojów).

\* prosimy o wcześniejszą rezerwację miejsca w Instytucie Genesis: +48 512 025 942

### PROGRAM PARTNERSKI:

- ▶ 15% na baseny i sauny w Aquapark Sopot;
- ▶ 15% na atrakcje w Kolibki Adventure Park w Gdyni;
- ▶ 15% w profesjonalnym klubie bowlingowym Centrum U7;
- ▶ 15% CYBER STREFA – VR Studio (wirtualna rzeczywistość);
- ▶ 10% na świat trampolin JUMPCITY;
- ▶ 10% na Strzelnicę Taktyczną MoST w Gdyni;
- ▶ 10% na Strzelnicę Sportową TARCZA-GDYNIA;
- ▶ Bilet do Kina w Gdyni w Centrum Filmowym w cenie BILETU ULGOWEGO.

### CENA OFERTY:

 <b>DLA 2 OSÓB W POKOJU DWUOSOBOWYM</b>	 <b>DLA 1 OSOBY W POKOJU JEDNOOSOBOWYM</b>
<b>865</b> * ZA DOBĘ ZŁ	<b>575</b> * ZA DOBĘ ZŁ

\* CENA DLA POBYTU MINIMUM 2 DOBY. Ceny zawierają podatek VAT.

### Oferta ZDROWY KRĘGOSŁUP\*\* obowiązuje przez cały rok.\*

Tym z Państwa, którzy zdecydują się na przedłużenie pobytu, proponujemy bardzo korzystną ofertę, uwzględniającą Państwa oczekiwania i potrzeby.

\* hotel zastrzega sobie możliwość wyłączenia oferty w wybranych terminach  
\*\* z uwagi na sytuację epidemiologiczną w kraju, hotel zastrzega sobie możliwość zmiany oferty.

Prosimy o sprawdzenie dostępności oferty poprzez stronę: [nadmorski.pl](http://nadmorski.pl) lub wysyłając zapytanie mailem lub kontaktując się telefonicznie.