

- Putujmo zajedno -



SPA & SPORT RESORT
SVETI MARTIN

TERMINI ODRŽAVANJA:

08 - 10.02.

01 - 03.03.

05 - 07.04.

03 - 05.05.

BIOTRENING *Vikend*

Prijavite se i učinite uslugu sebi i svome zdravlju!

Biotrening vikend je program koji u 48 sati boravka u poticajnom ugođaju, kroz rad u manjim grupama sa ograničenim brojem sudionika i uz iskusne stručnjake mijenja Vaše stavove o tjelesnom zdravlju i kvaliteti života.

RASPORED AKTIVNOSTI:

08. - 10.02.2013.

- PETAK** POSLIJEPODNE - Procjena tjelesnog stanja i životnih navika. U grupama po 10 ljudi, u trajanju od 45 min. po grupi.
- SUBOTA** PRIJEPODNE - Predavanje o tjelesnom vježbanju i stilu života te radionica s prikazima vježbanja u kući, u uredu i na putu. U trajanju od 60 min.
POSLIJEPODNE - Trening s primjerima vježbi za rješavanje problema uočenih procjenom tjelesnog stanja i životnih navika. U grupama po 10 ljudi, 60 min. po grupi.
- NEDJELJA** PRIJEPODNE - Trening u prirodi (uz edukaciju o disanju, istezanju, vježbama u paru, mjerenju frekvencije srca,...). U grupama po 15 ljudi, u trajanju od 60 min. po grupi.

BIOTRENING vikend u Hotelu Spa Golfer 4* uključuje 2 polupansiona, biotrening program, neograničeno korištenje Spa zone i svih bazena Resorta, 3 sata detox programa u Svijetu sauna dnevno, 20% popusta na usluge wellness centra. Cijena iznosi **2.227 kuna** po osobi. Broj mjesta je ograničen.

Više o biotreningu saznajte na www.biotrening.com

“Pokret je život. Život bez pokreta je nezamisliv.”

MOSHE FELDENKRAIS

www.spa-sport.hr | info@spa-sport.hr | Tel: 040 371 111

www.autotrans-turizam.com
HR-AB-51-040017902
OIB 19819724166

882 436 senj@autotrans.hr; **RAB** 051 774 929 rab@autotrans.hr;
PULA 052 811 218 pula@autotrans.hr; **ČAKOVEC** 040 313 719
cakovec@autotrans.hr