

Aktivní víkend na Konopišti – SRPEN 2022 s Hanou Daškovou



cena 4.750 Kč / osoba

Cena zahrnuje:

ubytování na 2 noci
polopenze
fit program s Hanou Daškovou
pronájem sálu
neomezené wellness

Golf & Spa resort Konopiště je ideálním místem pro strávení příjemného dne, víkendu, ale i pro delší pobyt.

Součástí areálu jsou tři golfové hřiště a hotel, který nabízí luxusní dvojlůžkové pokoje a několik trojlůžkových.

Přijďte si užít golf a nádhernou okolní přírodu. Vychutnejte si příjemné probuzení uprostřed zeleně, ochutnejte delikatesy výborné kuchyně, prostě relaxujte. Mimo golfový resort je možno provozovat cyklistiku, objednat si let balónem, případně navštívit nádherný Zámek Konopiště či Jemniště.



CO VÁS ČEKÁ?

- aktivní víkend na Konopišti
- fit program s lektorkou Hanou Daškovou
- krásné ubytování
- polopenze v ceně
- neomezené wellness

PRO KOHO JE POBYT VHODNÝ?

- pro všechny, kteří milují pohyb a skvělé jídlo

- pro osoby starší 16 let, muže, ženy, páry i známé i jednotlivce, kteří nemají s kým vyrazit
- pobyt je určen pouze pro dospělé osoby





PROGRAM:

Během tohoto fit víkendu si zkusíte hned několik prvků cvičení, a to: pilates, zdravá záda, balanční cvičení, protahování, relax a jógalates.

Minimální počet účastníků: 11 osob + lektor

Za lekce, jejich vedení, časové rozvržení během pobytu, styl a průběh lekcí je zodpovědný instruktor během pobytu.

U zájezdů označených jako Jóga zájezd si Cestovní kancelář vyhrazuje právo změnit osobu instruktora v případech, kdy se z vážných důvodů instruktor nemůže pobytu zúčastnit.

Změny v programu lekcí ze strany lektora jsou vyhrazeny.

POPIS UBYTOVÁNÍ

Golf & Spa resort Konopiště zaměřený jak na odpočinek, relaxaci tak na zkrášlující procedury či pomáhající při zdravotních obtížích. Hotel nabízí luxusní dvojlůžkové pokoje a několik trojlůžkových.

STRAVOVÁNÍ

V areálu Golf Resort Konopiště nalezneme dvě restaurace. V centrální budově – zámečku, se nachází restaurace Tee No. 19 a u hlavního parkingu pak restaurace Steak House St. Florian. Obě restaurace nabízí kulinářský zážitek zaměřený na evropskou, ale zejména tradiční českou kuchyni doprovázenou širokým výběrem kvalitních vín.

WELLNESS

Jestliže si chcete si jen tak užít odpoledne nebo celý víkend, odpočinout si od každodenního stresu, pak Vám určitě můžeme v našem Spa & Wellness Vaše přání splnit. Ve Spa & Wellness Konopiště naleznete vnitřní a venkovní bazén, vířivku, solnou lázeň, Kneippův chodník, páru, saunu či solární louka. Je možno absolvovat nejrůznější zkrášlující, ozdravné či relaxační procedury jako masáže, zábaly, inhalace nebo koupele. Dále je pro klienty připravena posilovna a pro skupiny fitness sál.

Otvírací doba Wellness centra : úterý – pátek 10.00-21.00 sobota – neděle
10.00-21.00

Otvírací doba Balneo centra : úterý – pátek 10.00-21.00 sobota – neděle
10.00-21.00

ceník služeb ceník balíčků procedur

LÁZNĚ

Spa & Wellness Konopiště nabízí široké spektrum ozdravných procedur, které pomáhají při nejrůznějších druzích onemocněních. Informace ke zdravotním problémům, se kterými Vám můžeme v našem centru pomoci, naleznete níže. Rádi u nás přivítáme nejen dospělé, ale i děti.



BEAUTY

Velký význam v našem Spa & Wellness klademe na nabídku beauty procedur. Která žena by nechtěla být krásnější ? Stačí jen najít trochu času a vyzkoušet námi nabízené služby. Ideální nabídkou je v tomto ohledu náš nejoblíbenější třídní beauty pobyt, kde si dle vlatního výběru můžete vyzkoušet několik vysoce účinných procedur.

CYKLO

Okolí Golf & Spa Resortu Konopiště přímo vyzývá k cyklovýletům za krásami přírody či historickými památkami. Připravili jsme pro Vás několik typů tras s různou délkou a náročností. Vyberte si, která z nich bude pro Vás a Vaší rodinu či přátele ta nejvhodnější (viz níže). Kola možno zapůjčit přímo v resortu.

Pro stažení jednotlivých cyklotras klikněte na odkaz : - [Konopišťský okruh](#) (délka 11 km) - [Malý neveklovský okruh](#) (délka 30 km) - [K zámku Jemniště](#) (délka 33 km) - [Po stopách Sidonie Nádherné k zámku Vrchotovy Janovice](#) (délka 35 km) - [Za krásami okolí Tvoršovic](#) (délka 35 km) - [Maršovický okruh](#) (délka 40 km) - [Velký neveklovský okruh](#) (délka 63 km)

GOLF

V Golf & Spa Resortu Konopiště je k dispozici 45 jamek. Jsou zde dvě osmnáctijamková mistrovská hřiště - [Radecký](#) (par 72), [d'Este](#) (par 72) a devítijamkový [Public course](#) (par 29). Trénink a rozcvičení před hrou probíhá na rozsáhlém [driving range](#). Kompletní mapku areálu naleznete [zde](#). [Výuka golfu](#) je možná pod vedením profesionálních trenérů.



Check in: 14:00 hod.

Check out: 14:00 hod. (v neděli prodloužen)

V případě zájmu o rezervaci nebo v případě jakýchkoliv dotazů nás neváhejte

kontaktovat:

Informace, rezervace:

Ing. Nikola Odvárková

www.VillasResorts.cz

tel. +420 702 047 307

email: odvarkova@villasresorts.cz

Ceník

CENA: 4.750 Kč / osoba / pobyt

Cena zahrnuje: 2 noci ubytování, polopenze, program (viz záložka Popis), pronájem sálu na cvičení, neomezené wellness

Minimální počet účastníků: 11 + lektor

Cena za necvičící osobu: 4.550 Kč / osoba / pobyt

Pro závaznou rezervaci se hradí celková částka pobytu.

Zaplacená částka je v případě storna ze strany klienta nevratná. Pobyt je možné převést na náhradníka.

Jóga

O LEKTORCE: Hana Dašková

Sportovní vzdělání a praxe

Zakladatelka a majitelka FIT STUDIA HD v Pardubicích, více než 20 let praxe, lektorka cvičení pro ženy a trenérka závodních týmů aerobiku

-Profiiinstruktorka ae1.stupen

-Zumba instruktor

-instruktorka pilates,yogy, balančních forem, port de brass

-instruktorka aquaerobiku

PROČ SE VĚNUJI SPORTU A CVIČENÍ?

Jeden ze smyslu mého života, z koníčku zaměstnání, závislost, zábava a práce s lidmi.

Mé lekce jsou vhodné pro všechny co mají rádi pohyb.

Najdete mě ve FIT STUDIU HD v Pardubicích, v LÉČEBNÝCH LÁZNÍCH BOHDANEČ, ve studiu PADMA v CHRUDIMI a v PRAZE.

Tam všude probíhají mé lekce pilates, yogy, bosu, fit ballu a jiné.

Lekce přináší klientům pohodu, dobrou náladu a zdravé tělo.

KDE SI MŮŽETE LEKTORKU VYZKOUŠET?

Program lekcí

Pondělí

- 18-19 pilates-FIT STUDIO HD Pardubice
- 19-20Fit ball-FIT STUDIO HD Pardubice

Úterý

- 18-19 yoga- FIT STUDIO HD Pardubice
- 19-20 bosu- FIT STUDIO HD Pardubice

Středa

- 17.30-18.30 pilates- UHŘETICE-Pardubice

Čtvrtek

- 17-18- pilates-STUDIO PADMA CHRUDIM
- 19-20-pilates-FIT STUDIO HD Pardubice

Pátek

- 12.15-13-jogalates-XPLORE FITNESS Praha
- 14-15-yoga,pilates-FITKO VÁCLAVÁK-Praha
- 17-18-pilates-FITKO HANKY KYNYCHOVÉ-Praha





