

Poděbrady

29.11.-1.12.2019

Pátek 29.11.	17:00-18:00h Pilates Lenu Bez bot rezervace	18:00-19:00h Bodyform Lenu Stř, boty- rezervace	18:00-18:50h Venkovní cv. Veru Sraz recepce rezervace	19:00-20:00h Bodybalance vánoční Veru Mír, bez bot rezervace	Večeře formou švédského stolu a menu v pátek, v sobotu pro ubytované v hotelu 18:00 - 21.00h	
Sobota 30.11.	8:00-9:15h Ranní jóga Ráda Vše, bez bot	Snídaně 7.30-10h	9:15-10:15h Bodyform Lenu Stř, boty	10:15-11:15h Břišní pekáč vánoční Veru Stř, bez bot	11:15-12:15h Pilates Lenu Bez bot vše	11:30-12:30h Nordic Walking s překvapením Veru Rezervace hůlky Vše
	14:00-15:00h Kruháč Jana Vše, boty	15:00-16:30h Jóga Ráda Vše, bez bot	16:30-17:30h Břícho,zadek Sárka Stř, bez bot	17:30-18:30h Corepomalé Sárka Mír, bez bot	18:30-19:30h Jóga Jana Vše, bez bot	Večeře probíhají od 18:00 - 21.00h
NEDĚLE 1.12.	8:00-9:00h Pilates Jana Vše, bez bot	Snídaně 8-10h	8:15-9:15h Venkovní cvičení Veru Vše, sraz recepce	09:30-10:30h Bodyform Lenu Stř	10:30-11:30h Relax jóga Jana Vše, bez bot	Odjezd – prodloužený Check out do 12h

Nezapomeňte využít bazén a vířivku ☺! (platí jen pro ubytované ve Felicitas). Ostatní mohou za 100Kč na hodinu přikoupit vstup na recepci hotelu (heslo skupina „Veruberu“).

Časy, kdy ho lze využít :

- pátek : 17 – 19hod.
- sobota: 7:00-11:00 , 12:00-21:00
- neděle : 7 – 11:00 hod.

Vaše dotazy na tel: 72 887 35 79

nebo

email: veruberu.jandova@seznam.cz

těšíme se na Vás do Poděbrad ☺

Veronika Jandová a tým lektorek

www.veruberu.cz

