

Viron Haapsalu 31.10. – 7.11.2022

Mie oon
menossa

FraMare 8pv (ma-ma)

Hinta 475 € / hlö 2hh, 1h-huonelisä 126 €

Hinta 534 € sisältää Lounge tilan käytön laivalla meno/paluu.

Kuutoskannen rauhaisassa olohuoneessa sinua odottaa oma mukava istumapaikka ja pientä purtavaa.

Matkaohjelma: ma 31.10. 2022

- Lähtö bussilla SjoyTravel piha klo 4.30,
 - Lahdesta, Marolankatu turistipysäkki klo 5.00.
 - Hollola Salpakangas klo 5.15,
 - Riihimäki, Femmatori Etelän Viertotie 1, klo 6.00
 - Länsisatamassa klo 7.15- 7.30 jossa lippujen jako autossa.
- Laiva Eckerö Finlandia lähtee Länsisatamasta kohti Tallinnaa klo 9.00.
 - Tallinnasta jatkamme välittömästi kohti Haapsalua. Majoittuminen hotelli FraMareen. Päivällinen

Kylpyläpäivät: ti 1.11/ ke 2.11/ to 3.11/ pe 4.11/ la 5.11/ su 6.11/

- Täyshoito perilläolo päivinä. Aamiainen, lounas, päivällinen. Lähtöpäivänä vain aamiainen.
- Päivät alkavat aamiaisella ja jatkuvat jokaisen oman hoitosuunnitelman mukaan.
- aamu-uinti ja aamu-sauna (avoinna 1 sauna) DAY SPA merenveden altaassa ma-la 8.00–10.00
- voimistelu/kuntosali 07.00–23.00, DAY SPA päivittäin (3h kerralla) aukioloaikoina, 13.00-22.00
- sauvakävely pitkin meren rantaa ja kuntopolku mäntymetsässä ohjaajan seurassa 10.00-10.50

SEPPO-JUHANIN ILTAMAT KAHTENA ILTANA (PÄIVÄT ILMOITUSTAUULLA)

Kotiin lähtö 7.11.2022: Lähtö hotellilta klo 12:00

Hintaan sisältyvät kylpylähoidot:

- Lääkärin- tai sairaanhoitajan tulokonsultaatio
- Lääkärin määräämät hoidot 2-3 hoitoa päivässä 6na päivänä viikossa. (yht.15 kpl)

Kylpylälomapaketin hoidoista tulee valita puolet henkilökohtaisia, puolet ryhmähoitoja.

Henkilökohtaiset hoidot:

- hieronta 25 min, mutahoito, magneettihoito, magneetilaserhoito, inhalaatio, amplipulssi, yrttikylpy, porekylpy, vedenalainen hieronta, venytysterapia Mastercare-hoitopöydällä, hierova tuoli ja musiikkiterapia, syväkosteuttava parafiinihoito käsille/ jaloille, mutakääre käsille / jaloille.

Ryhmähoidot:

- kuntovoimistelu salissa 30 min., vesivoimistelu 30 min., vesiaerobiikki 30 min, joogavenytys, suolakammio, parafiinihoito, kelluntahoito(floatingterapia musiikilla), rentoutumishuone (SAD valoterapia ja meriteemahuone).

VARAUKSET JA LISÄTIEDUSTELUT

Seppo-Juhani puhelin: +358 40 5060 330 tai e-mail: matkat@sjoy.fi

Sinikka Hutri +358 40 592 6764 e-mail: sinikka.hutri@kolumbus.fi

SJOY Travel / Seppo-Juhani Oy

Seppo-Juhani Savolainen|Toivontie 2, 16730 Kutajärvi

Tel +358 405060330 / e-mail: matkat@sjoy.fi