



Kylpylämatka Haapsaluun Fra Mareen 6-13.11.2016

- Laivamatkat Eckeröllä
- Aamiainen mennessä ja ruokailu paluumatkalla laivassa
- Bussi mukana koko ajan
- Majoitus 2hh huoneissa

KYLPYLÄLOMA, 7 yötä

Hintaan sisältyy:

- 1) 7 yötä kahden hengen huoneessa (yhden hengen huone lisämaksusta; sviitit lisämaksusta, perhehuone tilauksesta)
- 2) tulo kylpylään klo 15 ja lähtö kylpylästä viimeistään klo 12.
- 3) tulolääkärinkonsultaatio
- 4) kuutena päivänä viikossa 2-3 hoitoa päivässä kylpylälääkärin määräyksen ja kylpylävieraan kunnon mukaan, yhteensä 15. Kylpylähoitoja annetaan kuutena päivänä, myös juhlapyhinä. Sairaanhoidajapäivystys Fra Maressa päivittäin klo 8 - 15. Kylpylälomapaketin hoidoista tulee valita puolet henkilökohtaisten, puolet ryhmähoitojen joukosta.

Henkilökohtaiset hoidot:

25 min. hieronta, mutahoito, ultraäänihoito, darsonvalisaatio, magneettihoito, magneettilaserhoito, valoterapia Bioptron-lamppu, inhalaatio, amplipulssi, yrttikylpy, porekylpy, vedenalainen hieronta, musiikkiterapia, venytysterapia Mastercare-hoitopöydällä.

Ryhmähoidot:

kuntovoimistelu salissa 30 min, vesivoimistelu 30 min, vesiaerobiikki 30 min, joogavenytys, suolakammio, parafiinihoito, kelluntahoito (floatingterapia musiikilla), rentoutumishuone (SAD valoterapia ja meriteemahuone), klassisen musiikin lepokonsertti, hierova tuoli ja musiikkiterapia

- 5) puolihoito: 7 x aamiainen ja 7 x päivällinen
- 6) aamu-uinti ja aamu-sauna (uudessa Thalasso DAY SPA osastossa) merenveden altaassa ma-pe 6 – 9, la-su 6 – 10; voimistelusalit 7 – 23
- 7) sauvakävely thalassoterapian perinteiden mukaan pitkin meren rantaa ja kuntopolku mäntymetsässä ohjaajan seurassa 13.15 - 14.00,
- 8) Thalasso DAY SPA osaston käyttö 13 – 22 päivittäin
- 9) aamuvoimistelu aina meren rannalla klo 7.30–8.00
- 10) suomenkielinen opaspalvelu Fra Maressa.

Maksu yhdistyksen tilille FI72 5780 4120 0437 62

- 450 € 2 hengen huoneessa, viite 16 214
- 576 € 1 hengen huoneessa, viite 16 227

Vastuullinen matkanjärjestäjä **TT Matkat Oy**