

# KYLPYLÄMATKA PÄRNUUN 16.-22.4.2023

*Lähde mukaamme kylpylämatkalle Pärnuun.  
Helsingin Katajanokalle ja takaisin Länsiterminaalista lähtöpaikkakunnalle pääsee mukavasti  
Salon Tilausmatkojen bussilla, joka on mukana matkalla.  
Majoitus Pärnussa on Estonia Medical Spa -hotellissa.  
Kylpylämatkaamme kuuluvat täysihoitoruokailut sekä arkipäivinä 3 erilaista kylpylähoitoa / päivä.*

## Laiva-aikataulu:

Su 16.4. Helsinki – Tallinna klo 10.30 – 13.00 / Viking XPRS  
La 22.4. Tallinna – Helsinki klo 12.00 – 14.15 / Finlandia



## Hinta:

**535€ / hlö** (jaetussa 2-hengen huoneessa)

## Hintaan sisältyy:

- \* Salon Tilausmatkojen bussi mukana matkalla
- \* laivamatkat kansipaikoin Helsinki-Tallinna Viking Linella ja Tallinna-Helsinki Eckerö Linella
- \* menomatalla laivalla Deli-kuponki (arvo 14€)
- \* 6 yön majoitus jaetussa 2-hengen huoneessa
- \* kylpytakki huoneessa
- \* täysihoitoruokailut kylpylässä (alkaen tuloillallisesta, päättyen lähtöpäivän aamiaiseen)
- \* lääkärin tulotarkastus ja 3 erilaista hoitoa / päivä (maanantai - perjantai)
- \* aamusauna ja uinti klo 07.30 - 10.00
- \* spa-keskuksen Termid käyttö klo 10.00 - 17.00

## Lisämaksusta:

- \* Buffet -päivällinen laivalla paluussa 32 € / hlö

**Hotellitiedot:****Estonia Medical Spa & Hotel \*\*\***

Aiemmin Puistotalona tunnettu Estonia Medical Spa & Hotel tarjoaa perustasoista majoitusta, sekä perinteisiä kylpylä- ja kuntoutuspalveluita. Hotelli sijaitsee kauniilla ja vehreällä puistomaisella alueella, josta on kävelymatka niin keskustaan, kuin rannallekin.

Hotellin aulassa on kauppa, jossa on myynnissä elintarvikkeita, pientä purtavaa, makeisia, virvokkeita ym. Buffet-ravintola sijaitsee hotellin 5. kerroksessa ja näköalakahvila 8. kerroksessa.

Estonia Spa Termid uima- ja saunakeskus– keskukselta löytyy altaita ja saunoja moneen makuun: suomalainen sauna, höyrysauna, poreallas, KNEIPP-rata, Vichy-suihku, japanilainen kylpy, suolasauna sekä altaita.

**Hoitovalikoima:**

osahieronta 20 min., maapihkahoito, rentoutushoito 15 min., lämmin persikkaparafiinihoito käsille, yrttiporekylpy, jalkakylpy, paikallinen kylmähoito, suolahuone, höyryhengitys, valohoito 2 Biopton-lampulla, lääkintävoimistelu salissa, ohjattu vesivoimistelu altaassa, valohoito mielialalle, hoito väsyneille jaloille.

**Vain lääkärin määräyksestä:** vedenalainen suihkuhieronta, magneetti-, mikroaalto-, ultraäänihoito, diadynamiikka, amplipulssi

**Ruokailut:**

Noutopöytä

Aamiainen klo 7–10

Lounas klo 12-14

Päivällinen klo 17-19

Muista ilmoittaa erikoiruokavaliot etukäteen!