

Фитнес-тур в курортный посёлок Нарочь



Туристы: любая возрастная категория



Продолжительность фитнес-тура:



7
дней

Место проживания: Санаторий «Приозерный»



Тип питания: завтрак и ужин (НВ)



Трансфер: комфортабельный автобус





09:30 - сбор на Дружной;

10:00 - отъезд;

12:00 - заселение в апартаменты выбранной категории;

13:00 – 14:00 - знакомство с группой;

15:00 – 17:00 - прогулка по местным окрестностям;

19.00 - ужин;

20.00 - свободное время.





2 и 5 день: 09:00 - сбор группы (на месте проката велосипедов);
09.15 - 10.30 велопрогулка по набережной озера;
11:00 - завтрак;
11.30 - 15.30 - свободное время;
16.00 - 16.45 - стрейчинг;
17.00 - 18.00 - посещение SPA-комплекса;
19.00 - 19.45 - вечерняя пробежка;
20.00 - Ужин
20.30 – 22.00 - свободное время.
22.00 – Дискотека







Стрейчинг

SPA







3 и 6 день:

7.30 - 8.00 - пробежка по хвойному лесу;

8.15 - 9.30 - занятия с обручем и силовые упражнения;

10:00 - завтрак;

11.00 - 15.30 - свободное время;

16.00 - 17.00 - занятия с мячом для фитнеса;

17.15 - 17.45 - пауэр степ;

18.00 - 20.00 – посещение бассейна и сауны;

20.00 – ужин;

20.30- 22.00 – свободное время;

22.00 - дискотека





Занятия с обручем и силовые упражнения



ФИТНЕС С МЯЧОМ



ПАУЭР СТЕП



БАССЕЙН



CAYHA





DAY

4

4 день :

7.30 - 8.20 - велотренировка;

8.30 - 9.45 - скиппинг (занятия со скакалкой);

9.45 - 10.30 - посещение костела св. апостола

Андрея;

11.00 - завтрак;

12.00 - 14.00 - волейбол;

14.00 - 15.30 – свободное время.

15.30 - 16.15 – посещение тренажерного зала;

17.00-17.45 - стрейчинг;

18.00-19.00 – свободное время;

19.30 – ужин;

21.00 - дискотека





СКИПИНГ









DAY

7

09.00 - 10.00 – утренняя гимнастика на берегу озера Нарочь;
10.00 - завтрак;
10.30 -12.00 свободное время;
13.00 - 14.00 – посещение тренажерного зала;
15:00 - 17:00 – прогулка по Нарочи;
17.00 -19.00 – свободное время
19.00 - ужин;
20.00 - выселение из санатория;
20.15 - Отъезд;
22.30 - прибытие в город Минск (Дружная).



**Отправляемся на "кассу"
подсчитывать цены :)**



Проживание – 1 960 000 тыс.



Питание – 700 000 тыс.



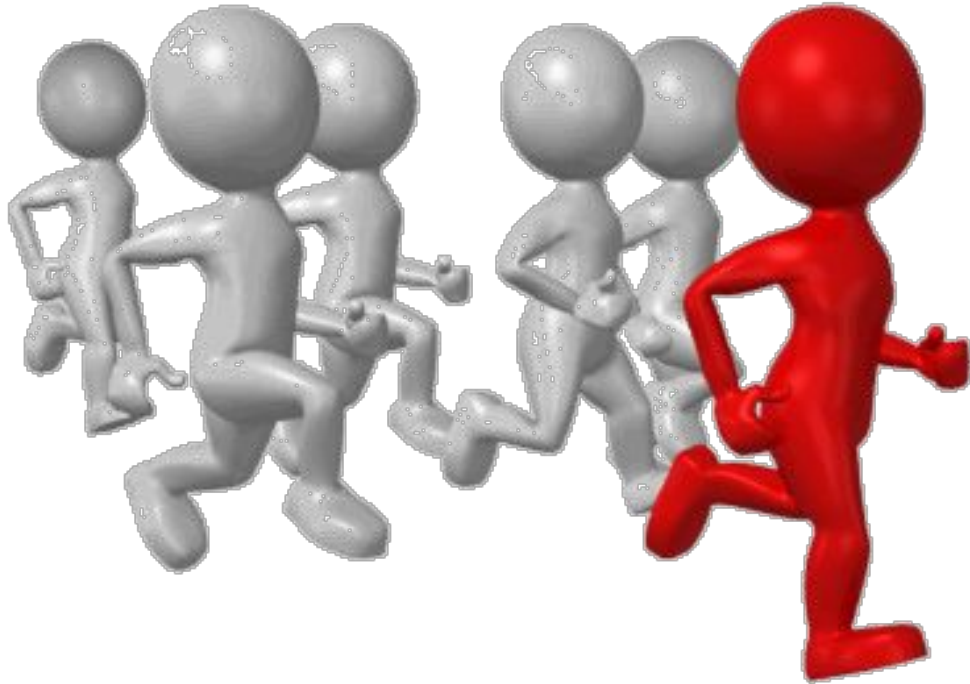
Трансфер – **140 000** тыс.



*Дополнительные платные услуги:
посещения бассейна, сауны, спа, прокат
инвентаря, тренажерный зал и прочее
и пр.- 450 000 тыс.*



Услуги фитнес-инструктора –
350 000 тыс.



**Прибыль фирме –
900 000 тыс.**





4 550 000 ТЫС.



245



455 руб.



Спасибо за внимание!

