

# Odnowa biologiczna - FIRST MINUTE

Proponujemy Państwu turnusy odnowy biologicznej, w których aktywność fizyczna połączona z zabiegami SPA oraz opracowaną przez doktora dietą strukturalną przynoszą wspaniałe rezultaty w postaci utraty zbędnych kilogramów, oczyszczenia i odmłodzenia organizmu.

Zapraszamy Państwa do skorzystania z naszej oferty turnusów 7 i 14 dniowych na licencji dr Marka Bardadyna, eksperta w dziedzinie żywienia i odchudzania oraz autora takich bestsellerów jak "Kody młodości", "Odchudzanie weekendowe" i "Odchudzająca książka kucharska"

Osoby, które zarezerwują miejsce na tygodniowe i 2 tygodniowe turnusy odnowy biologicznej z dietą strukturalną w terminach:

- 17.07. – 24.07.2011
- 24.07. – 31.07.2011
- 14.08. – 21.08.2011
- 21.08. – 28.08.2011

i wpłacą zadatek do dnia:

- 31 maja 2011 otrzymają 10% zniżkę
- 15 czerwca 2011 otrzymają 5 % zniżkę

## *Turnusy 7 dniowe:*

- 7 noclegów
- Dieta strukturalna 1200 kcal
- 6 x nordic walking ,wymarsze w góry
- 6 x gimnastyka (aerobic, pilates, joga, piłki)
- 6 x aqua aerobic
- 6 x jacuzzi
- 6 x sauna [sucha; infra red]
- 6x łaźnia parowa
- basen kryty
- Wieczorek taneczny z lampką wina **GRATIS**
- 1 zabieg kosmetyczny na twarz lub ciało **GRATIS**
- 2 drenaże limfatyczne BOA **GRATIS**
- 1 seanse w grocie solnej **GRATIS**
- w pokoju szlafrok
- woda mineralna

## *dodatkowo przy turnusach salsy:*

- 6 x nauka salsy (Cuban Style lub Salsa Solo) [1,5 godz. dziennie, zajęcia na sali, instruktor]

### **dotatkowo przy turnusach zumbi:**

- 6 x zumba [1 godz. dziennie, zajęcia na sali, instruktor]

### **Turnusy 14 dniowe:**

- 14 noclegów
- Dieta strukturalna 1200 kcal
- 12 x nordic walking ,wymarze w góry
- 12 x gimnastyka (aerobic, pilates, joga, piłki)
- 12 x aqua aerobic
- 12 x jacuzzi
- 12 x sauna [sucha; infra red]
- 12 x łaźnia parowa
- basen kryty
- Wieczorek taneczny z lampką wina **GRATIS**
- 2 zabiegi kosmetyczne na twarz lub ciało **GRATIS**
- 4 drenaże limfatyczne BOA **GRATIS**
- 2 seanse w grocie solnej **GRATIS**
- **w pokoju szlafrok**
- woda mineralna

### **UWAGI:**

- Mazowsze SPA zastrzega sobie prawo do zmian wykonywanych usług przewidzianych w w/w turnusach.
- dla stałych klientów stosujemy system rabatowy

**po 5 pobycie na turnusie odnowy biologicznej rabat w wysokości 5 %  
10 pobyt na turnusie GRATIS!**

**Przyjeżdżając do NAS po raz drugi zabierz ze sobą koleżankę, kolegę, którzy nie byli jeszcze u nas na wczasach oczyszczająco-odchudzających a otrzymasz rabat w wysokości 10%.**

**Zabierz ze sobą dwie osoby, które nie były jeszcze u nas a otrzymasz rabat w wysokości 20%!**