



**PROGRAM**  
**11.09. - 13.09.2020**

**11.9.2020 - PIATOK**

- 15:00 - 16:00 príchod , ubytovanie,  
16:00 - 17:00 cvičenie - exteriér hotela  
*prisnite si prosím podložky na cvičenie + obuv tenisky*  
17:10 - 18:00 večera  
19:30 wellness, sauna, jakuzzi  
voľná zábava, disco

**12.9.2020 - SOBOTA**

- 8:00 - 9:00 raňajky  
9:00 - 10:00 ranná rozcvička deti + rodičia - ihrisko pri hotely  
dychové cvičenia , relaxácia, bránicové dýchanie, strečing  
10:00 - 12:00 rodičia + deti  
turistický výlet na vrch Zvolen  
výstup/zostup lanovkou z Novej Hole  
nutné : turistická obuv + oblečenie  
*Pozn: program bude prispôsobený počasiu a môže sa meniť !*  
12:00 - 13:30 obed  
14:00 - 16:00 rodičia + deti tvorivá dielňa  
tvoríme rodinný obraz téma : JESEŇ  
pomôcky zabezpečené  
16:00 - 17:00 cvičenie zamerané na zdravý chrbát , overbally,  
17:00 - 18:00 večera  
19:30 wellness, AQUAEROBIC , sauna, jakuzzi, relax  
DISCO PARTY  
spoločenské hry a súťaže

**13.9.2020 - NEDEĽA**

- 8:00 - 8:50 raňajky  
9:00 - 12:30 Kynologická prezentácia  
ukážka práce psovodov a pracovných psov  
12:00 - 13:00 obed  
13:00 koniec stretnutia