

Balatoni Fitness & Wellness Hétvége – Tájékoztató

Időpont: 2026. szeptember 18 – 20. (3 nap / 2 éjszaka)

Helyszín: Hotel Marina Port ****, Balatonkenese

Oktatók: Gabi & Aly

Kedves Résztevőnk!

Nagyon örülünk, hogy velünk tartasz ezen a különleges hétvégén! Ezt a dokumentumot azért állítottuk össze, hogy minden fontos információt, órarendet és hasznos tudnivalót egy helyen megtalálj.

Részletes Órarend és Program

Nap	Időszak	Program / Esemény
1. nap – Péntek	14:00 – 16:30	Érkezés, szobák elfoglalása, kicsomagolás
	17:00 – 18:00	Közös Nyitó Edzés: Jóleső Stretching & Átmozgatás
	19:00 – 21:00	Svédasztalos Vacsora
	21:00 – ∞	Kötetlen esti beszélgetés & Ismerkedés
2. nap – Szombat	07:30 – 08:30	Reggeli Ébresztő: Pörgős Retro Alakformálás (Gabi)
	08:30 – 10:00	Bőséges Svédasztalos Reggeli

Nap	Időszak	Program / Esemény
	10:00 – 16:00	Szabadprogram / Wellness / Balaton-part (szauna, jacuzzi, pihenés)
	16:00 – 17:00	Délutáni Erő & Dinamika: Kettlebell Óra (Aly)
	17:00 – 17:45	Levezető Nyújtás & Relaxáció (Közös)
	19:00 – 21:00	Svédasztalos Vacsora
	21:00 – ∞	Esti Koccintás (közös esti wellness)
3. nap – Vasárnap	07:45 – 08:45	Reggeli Ébresztő Edzés & Levezetés
	09:00 – 10:30	Reggeli & Búcsúkávés
	10:30 – 11:00	Szobák elhagyása (Checkout)

Az a szabály, hogy nincs szabály!

Teljes szabadság és támogatás: Nálunk nincs kényszer! Ha egy edzés helyett inkább a wellnessben pihennél vagy egyedül olvasnál a Balaton-parton, abban is 100%-ig támogatunk. Ez a hétvége a te feltöltődésedről szól.

Felszerelés & Ruházat: Hozz magaddal kényelmes edzőruhát, tiszta váltócipőt, törölközőt és kulacsot! A wellness részlegre fürdőruhára és papucsra lesz szükséged.

Fizetési Tudnivalók

- ---
- A részvételi díj fizethető egyösszegben vagy **3 részletben**.
- A 2. és 3. részlet kifizetéséhez **SZÉP-kártyát** is elfogadunk.
- Kérésre privát üzenetben küldöm a linket!