



KIRKKONUMMEN-SIUNTION SYDÄNYHDISTYS
KYRKSLÄTT-SJUNDEÅ HJÄRTFÖRENING RY

Yhteismatkatarjous Kirkkonummen-Siuntion Sydänyhdistyksen kanssa.

30.08.-05.09.2020 kylpylämatka Haapsaluun Fra Mareen

Haapsalu Fra Mare

6 yötä

495eur/hlö

kun matkalaisia on vähintään 30 ja

470eur/hlö

jos matkalaisia on vähintään 40

Fra Maren kylpyläkohtaiset palvelut ovat:

- majoitus kahden hengen standard-luokan huoneessa (kylpytakki huoneessa)
- puolihoito alkaen päivällisestä ja päättyen aamiaiseen, perillä olo päivinä aamiainen ja päivällinen
- lääkärin konsultaatio ja yhteensä 13 kylpylähoitoa, joista puolet on henkilökohtaisia ja puolet ryhmähoitoja.
- aamu-uinti ja sauna (ma-pe 06:00-09:00, la 06:00-10:00), aamuvoimistelu meren rannalla klo 07:30-08:00
- voimistelusalin käyttö klo 07:00-23:00
- sauvakävely thalassoterapian perinteiden mukaan pitkin meren rantaa ja kuntopolku mäntymetsässä ohjaajan seurassa 13:15.-14:00
- Thalasso Day Spa osaston käyttö klo 13:00-22:00
- sairaanhoitajan päivystys klo 08:00-15:00

Lisämaksusta:

- yhden hengen huone 115eur
- täysihoito 20eur
- Thalasso-luokan huoneet (20kpl) ovat kaikki toisessa kerroksessa ja ne ovat kyllä selvästi tilavampia. Niiden lisämaksu on 150eur/huone eli 75eur/hlö.
- Brunssi menomatkalla 22€/hlö, tilattava etukäteen
- lounas paluumatkalla 26€/hlö, tilattava etukäteen -

Kylpyläpakettiin sisältyvät hoidot - henkilökohtaiset hoidot: 25 min. hieronta, mutahoito, ultraäänihoito, darsonvalisaatio, magneetti- ja magneettilaserhoito, valoterapia Bioptron lamppu, inhalaatio, amplitulsi, yrttikylpy, porekylpy, vedenalainen hieronta, musiikkiterapia, venytysterapia Mastercare-hoitopöydällä.

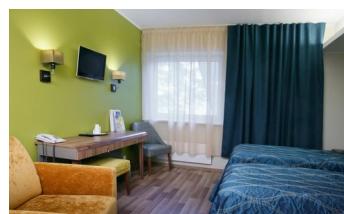
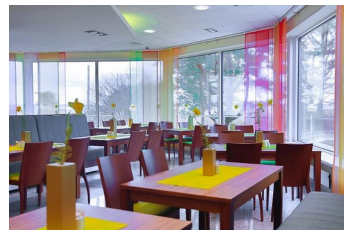
ryhmähoidot: kuntovoimistelu salissa 30 min., vesivoimistelu 30 min., vesiaerobic 30 min, joogavenytys, suolakammio, parafiinihoito, kelluntahoito(floatingterapia musiikilla), rentoutumishuone (SAD valoterapia ja meriteemahuone) , klassisen musiikin lepokonsertti, hierova tuoli ja musiikkiterapia.

Retket: ostoskierros + yksi opastettu puolipäiväretki, jolla vieraillaan Tammejuuren hampputilalla, jossa tilakierroksen ja tuote-esittelyiden lisäksi päästään myös maistamaan tilan tuotetta. Hampputilalta jatketaan Paliveren taidelasipajalle, joka valmistaa käsityönä etupäässä sulatetusta lasista erilaisia koriste-esineitä, kuten lasimaalauksia, koruja, kulhoja, alustoja, kynttilälyhtyjä, kelloja. Lasipajalla istahdetaan myös iltapäiväkahville.

Fra Mare Thalasso Spa sijaitsee mäntymetsäisessä ympäristössä meren äärellä, keskustaan on kävelymatkaa kilometrin verran. Hotellin ensimmäisessä kerroksessa on ravintola, jossa on buffet- sekä erillinen a la carte-ravintola "Bergfeldt". Aulassa on baari ja pieni myymälä sekä vastaanotto, jossa on vuokrattavana sesongin mukaan kävelysauvoja, polkupyöriä, suksia, hiihtokenkiä, lautapelejä ja hiustenkuivaajia.

Thalasso Day Spa –siivessä on hoito-osasto, jossa kylpylähoitojen lisäksi on saatavilla laaja valikoima kampaamo- ja kauneushoitoja. Sauna- ja uima-allasosastolta löytyy löylysauna sekä höyry-, suola-, infrapuna- ja sanarium leposaunat, merivesiuima-allas (8x11m) ja poreallas. Pihapiirissä on lämmitetty ulkouima-allas terasseineen.

Kylpylä on rakennettu 1997 ja sitä on uusittu paljon viime vuosina. Huoneita on kaikkiaan 116, joista 20 on Thalasso Spa-luokkaa. Standard-luokan huoneissa on





KIRKKONUMMEN-SIUNTION SYDÄNYHDISTYS
KYRKSLÄTT-SJUNDEÅ HJÄRTFÖRENING RY

erilliset vuoteet, laminaattilattia, puhelin, tv sekä kylpyhuoneessa suihku ja wc. 2. kerroksessa sijaitsevilla Thalasso Spa-luokan huoneissa on lisäksi jääkaappi sekä osassa merinäköala ja parveke. Kaikki huoneet ovat savuttomia, invahuone tilauksesta.

Fra Mare sopii liikuntarajoitteisillekin, vaikka rakennuksessa ei ole hissiä. Sisääntulossa on loiva luiska ja piha-alueella asfaltoituja kävelyteitä. 1. kerroksessa on huoneita, ravintola sekä hoitotilat ja siellä pääsee liikkumaan esteettä.

Ilmoittautumiset viimeistään 15.5.2020 Tarjalle 050 511 4451, at.piili@kolumbus.fi

Maksu 15.7.2020

Kylpyläkohtaisten palveluiden lisäksi matkan hintaan sisältyy:

- bussikuljetukset Kirkkonummelta Kirkkonummelle bussin ollessa mukana koko matkan ajan
- laivamatkat Helsinki – Tallinna – Helsinki
- Palvelu Hytösen matkanjohtaja-kuljettajan palvelut
- ja Haapsalussa lisäksi mainitut retket.

Laivamatkat:

30.08. sunnuntai	Helsinki – Tallinna	10:30-13:00 Viking XPRS
05.09. lauantai	Tallinna – Helsinki	17:00-19:30 Viking XPRS

Tallinnasta Haapsaluun on noin 100km, ajoaika noin 2.

Bussiaikataulu ja -reitti Kirkkonummella ja Veikkolassa osallistujien mukaan.



Matkan meille järjestää Astor oy Matkapalvelu

Palvelu Hytösen kuljettaja-matkanjohtajan palvelut