



Pasqua 2013 all'Hotel Le Tegnùe Mare e Self-Shiatsu per dire addio allo stress!

Venerdì, 29 marzo:

Arrivo in Hotel nel pomeriggio. (Per chi lo desidera, camera a disposizione fin dal mattino).

Cena di magro a base di primizie di stagione.

Dopocena ore 20.30 conferenza “Salute come direzione!”

Sabato, 30 Marzo :

Colazione a buffet

Ore 8.30 risveglio energetico con tecniche di self shiatsu.

Aperitivo con “cicheti”.

Pranzo a tema: Sapori del Veneto.

Escursione in bicicletta. Il personale del ricevimento sarà a disposizione per fornire gli itinerari ciclabili di Chioggia e Sottomarina.

Ore 18.00 “Un punto al giorno non toglie il medico di turno, ma è un valido aiuto per conservare o recuperare un buon stato di salute fisica e psichica.”

Cena della vigilia.

Domenica, 31 Marzo:

Colazione a buffet.

Ore 8.30 risveglio energetico con tecniche di self shiatsu.

Gran pranzo pasquale.

Pomeriggio a passeggio per Chioggia: visita guidata alla pittoresca “piccola Venezia”.

Ore 18.30 incontro dei partecipanti sul tema “Effetti benefici del camminare”

Cena a lume di candela con musica soft.

Lunedì 1 Aprile :

Colazione a buffet.

Ore 8.30 risveglio energetico con tecniche di self shiatsu.

Conclusione lavori e saluti

Pranzo di Pasquetta

Prezzo per persona: Euro 292,00 in camera Comfort
Euro 307,00 in camera Fronte mare
Euro 322,00 in camera Panoramica
Euro 439,00 in Suite

Bambini da 3 a 8 anni: sconto 50%, bambini da 8 anni in poi sconto 15%
Supplemento singola Euro 45,00