

# Hotel Orle Relaks 2026

[www.centrumhumanus.pl](http://www.centrumhumanus.pl)





## Mini obóz " Relaks"- Hotel Orle na Wyspie Sobieszewskiej

Krótki turnus, który doskonale poprawia witalność i redukuje stres

**Termin:** 04-06.12.2026r.

**Miejsce:** HOTEL ORLE na Wyspie Sobieszewskiej

**Zakwaterowanie:** Hotel Orle, pokoje 2 osobowe z łazienką. Posiłki serwowane w restauracji.

**Treningi:** Nordic walking, stretching, treningi zapobiegające bólowi kręgosłupa, ćwiczenia stabilizujące kręgosłup, ćwiczenia relaksujące, oddechowe.

**Inne:** Basen, sauna w cenie. Masaże i dodatkowe treningi dodatkowo płatne. Od 19.11.26 czyli 14 dni przed obozem, brak możliwości zwrotu wpłat.

**Informacja i zapisy:** recepcja 725 072 320, 730 066 600

**Koszt:** 1100 zł; 1-sza rata 300 zł do 25.10.2026r; 2-ga rata 800 zł do 15.11.2026 r.

**Płatność:** gotówką (Halina Protasiewicz) lub na konto: **37 1020 3541 0000 5002 0285 2770** – Halina Protasiewicz  
Liczba miejsc ograniczona, decyduje kolejność zgłoszeń.

