

# METABOLIC BALANCE® 1.1. – 31.12.2020 - 10 DNÍ

Typ pokoje Hotelová budova	Cena za osobu v dvoulůžkovém pokoji obsazeném jednou osobou	Cena za osobu v dvoulůžkovém pokoji obsazeném dvěma osobami	Počet pokojů
STD. – Shiraz Hotel Gymnasion	41.760,-	37.980,-	24
SUP.- Chardonnay Hotel Garnison	43.740,-	39.780,-	10
SUP.- Cabernet Hotel Svatá Kateřina	43.740,-	39.780,-	13
SUP.- Merlot Hotel Svatá Kateřina	43.740,-	39.780,-	20
DLX.- Sauvignon Hotel Svatá Kateřina	46.980,-	42.480,-	6
DLX.- Pinot Hotel Svatá Kateřina	46.980,-	42.480,-	3

*Uvedené ceny jsou v CZK, včetně DPH. Uvedené ceny jsou platné pro období od 1.1. do 31.12.2020. Cena nezahrnuje místní poplatky.*

**Příplatek za čtvrtěční noc s odběrem a rozбором krve:** 2.900 Kč/osoba

**Garantované termíny v roce 2020:** 24.1. - 2.2., 28.2. - 8.3., 3. - 12.4., 1. - 10.5., 5. - 14.6., 10. - 19.7., 7. - 16.8., 18. - 27.9., 16. - 25.10., 20. - 29.11.

Program se uskuteční při minimálním počtu 7 účastníků.

## CENA PROGRAMU METABOLIC BALANCE® ZAHRNUJE:

- ubytování na 9, resp. 10 nocí
- plnou penzi připravenou individuálně pro každého dle výsledků rozboru krve\*
- pitný režim po celý pobyt (Kateřinská pramenitá voda a očistný čaj)
- 3x konzultace metabolic balance® (vstupní, při předání výživového plánu a výstupní)
- 2x diagnostiku na přístroji IN BODY 720 (vstupní a výstupní)
- 1x klasickou masáž 55' +5'
- 1x lymfatickou masáž (anticelulitidní) 55' +5'
- 1x Terapie termálním bahnem 55' +5'
- 8x cvičební lekci – lehké, relaxační pohybové aktivity pod vedením instruktora
- konzultaci s výživovým specialistou
- konzultaci s šéfkuchařem o přípravě zdravé výživy
- **volný vstup do wellness&spa v Ájurvédském pavilonu (vyhříváný bazén s několika hydromasážními lehátky, dva moderní whirlpools, saunu s panoramatickým výhledem do přírody, páru a Kneippův chodník)**
- volný vstup do posilovny
- volný vstup do wellness&spa (sauny, páry, vířivka a relaxační místnosti)
- transfer z Počátek (oploceného nehlídaného parkoviště) do resortu a zpět
- 4x postkonzultace metabolic balance® po ukončení pobytu v Resortu Svatá Kateřina nebo v Praze

## \* Stravování:

0. den – pro hosty, kteří přijedou do resortu již ve čtvrtek, je zajištěno ubytování se snídaní. Jídelní plán a výživový program začíná pro všechny účastníky v pátek večeri.

1. – 3. den – očistná fáze - plná penze (3x denně) ve formě zdravé, vyvážené, detoxikační stravy stejné pro všechny účastníky

4. – 10. den – druhá přísná fáze – plná penze (3x denně) – individuální jídelní plán připravený našimi kuchaři na základě Vašich laboratorních výsledků a obsahující ty potraviny a živiny, které Vaše tělo potřebuje, aby se látková výměna dostala do rovnováhy.

## Rozbor krve:

1, Můžete si jej zajistit sami, pak Váš pobyt začíná v pátek odpoledne. My Vám k rozboru krve jen dodáme potřebné informace, co vše musí obsahovat. Rozbor krve by neměl být starší více než 14 dní a v době jeho pořízení byste se měli stravovat, tak jako se běžně stravujete bez zásadních výkyvů (např. 5 litrů ananasového juice – pokud ho tedy 5 litrů denně nepijete běžně).

2, Pokud nebudete schopni, z jakéhokoli důvodu, zajistit analýzu krve v místě svého bydliště a výsledky s sebou přivést, pak váš pobyt začíná již ve čtvrtek večer a odběr krve a následnou analýzu pro vás zajistíme ve Svaté Kateřině v pátek ráno na lačno. Příplatek za tuto noc navíc a rozbor krve činí 2500 Kč.

**Děti:**

Pro Váš klid a odpočinek jsou u nás děti ve věku do 6 let vítány jen v předem určených termínech. Ve vybraných termínech jako jsou např. Vánoce, Silvestr, Velikonoce, některé prázdninové termíny apod. (zpravidla pak jeden týden v měsíci), jsou připraveny speciální pobyty pro rodiče s dětmi. O všech termínech s dětmi Vám podá informaci recepce.

Děti ve věku do 2 let (1,99 roku) – ubytování zdarma, bez nároku na postýlku

Dětská postýlka za příplatek: 270,-Kč/noc

Děti ve věku od 2 do 6 let na přistýlce na pokoji s 2 dospělými osobami – 790,-Kč/noc se snídaní

**Domácí mazlíčci:**

Pobyt s domácím mazlíčkem je možný max. do velikosti retrievera, pouze na pokojích hotelu Gymnasion a Garnison.

**Poplatek za prvního psa činí 350,-Kč/noc, za druhého psa činí poplatek 490,-/noc.**