

# WELLNESS kurz

**KTS/KWEL (4kredity,) KTS/KWL (2kredity)**

**Nutné je si tuto zkratku zapsat do STAGu na LS 2018**

**pořádaný KTVS PF JU**

**v Chorvatsku Tar/Vabriga, LANTERNA – 2018**

**Termín kurzu:**

**7. 9. - 15. 9. 2018 cena: 5 000,- Kč**



**Cena za osobu zahrnuje**

ubytování v apartmánech, dopravu autobusem, pobyt. taxu, pojištění CK a komplexní pojištění cestujících, půjčovné spojené se zajištěním skupinového cvičení. V ceně není zahrnuto stravování, kapesné, pokuty za případné poškození apartmánu.

Ubytování ve 4lůžkových apartmánech se nachází ve 2-3 patrových domech s vanou nebo sprchou/WC a balkónem nebo terasou se zahradním nábytkem. Popis A4B = Dvoupokojový apartmán: obývací ložnice se 2 lůžky a kuchyní, dvoulůžkový pokoj, cca 32 m<sup>2</sup>.



**Hlavní náplní kurzu je výuka aerobiku, powerjogy, jogy, pilates, zumbly a základů sportovních masáží, doplněná o plážové hry a regeneraci na pláži.**

**Koncepce kurzu je vytvořena tak, aby se obecná zdatnost účastníků (úplní začátečníci až středně pokročilí) zvyšovala díky kondičním formám cvičení, které jsou vhodně doplněny o regenerační a relaxační techniky.**

**Poloha** - jedno z nejznámějších středisek se nachází na zalesněném poloostrově Lanterna, který je známý vynikající ochranou životního prostředí, cca 13 km severně od Poreče. Nákupní a zábavní možnosti cca 100-500m, různé restaurace, taverny.

**Vybavení** - restaurace, aperitiv bar, směnárna, WI-FI na recepci ZDARMA, sejf, market, cukrárna, zábavní centrum Zodiac s letní terasou a diskotékou. Pláž - přírodní kamenitá, oblázková, betonová plata.

Zájemci o WELLNESS kurz se budou zapisovat elektronicky na stránkách KTVS na zvolený kurz – zapisování se připravuje a bude v nejbližší době spuštěno. Následně do uvedeného termínu (konkrétní datum bude zveřejněno současně se zápisem na kurz) bude nutné zaplatit kurz a doložit sekretářce KTVS potvrzení o zaplacení. Kdo jej nedoloží, bude ze seznamu vyřazen a nahrazen náhradníkem!!



**Konečná přihláška na kurz je až po doložení dokladu o zaplacení kurzu**