



CONTINENTAL
TERME HOTEL



da sabato 31 maggio
a lunedì 2 giugno



AMICI ALLE TERME di MONTEGROTTO

SABATO 31 MAGGIO 2025

- Ore 11.30 - 12.30 Appuntamento in piscina "Olimpia"
NUOTO LIBERO: benefici e consigli
Daniele Semenzato - Istruttore
- Ore 16.00 - 17.15 Appuntamento in palestra
YOGA POSTURALE per il benessere della colonna
Daniele Semenzato - Istruttore
- Ore 18.00 - 18.45 Appuntamento in palestra
IL POTERE DEL RESPIRO
Daniele Semenzato - Istruttore

DOMENICA 1 GIUGNO 2025

- Ore 10.30 - 11.30 Ritrovo alle piscine termali
La resilienza quotidiana: come la forza interiore e piccoli atti di consapevolezza aiutano ad affrontare le difficoltà
Dott. Andrea Dessì - Psicoterapeuta
- Ore 15.30 - 16.30 Appuntamento in sala convegni
MANGIARE BENE, VIVERE MEGLIO. IL VALORE DELLA DIETA MEDITERRANEA
Dott.ssa Camilla Fiorindi - Dietista
- Ore 17.30 - 18.30 Appuntamento all'aperto
L'ARMONIA DEL CORPO
Andrea Tognaccini - Coach di Stress Reset e Chinesiologo

LUNEDÌ 2 GIUGNO 2025

- Ore 10.00 - 11.30 Appuntamento in palestra
Andrea Tognaccini - Coach di Stress Reset e Chinesiologo
- Giornata di Acqua & Terme**
A TAVOLA CON LA NUTRIZIONISTA:
durante i pasti principali del weekend sarà presente la dietista Dott.ssa Camilla Fiorindi per raccomandazioni pratiche sull'alimentazione per la vita di tutti i giorni.

La prenotazione del soggiorno (anche solo giornaliero) va effettuata contattando direttamente l'hotel Continental allo 049 793522 o info@continentaltermehotel.it, citando la partecipazione all' **EVENTO AMICI ETS**

Per informazioni:
Michele De Col: +39 338 277 9506

TARIFFE

- **PENSIONE COMPLETA € 103,00 AL GIORNO**
a persona (bevande ai pasti non comprese)
- **SUPPLEMENTO CAMERA SINGOLA o DUS € 12,00 AL GIORNO**
- **ACCESSO ALLE PISCINE TERMALI SPA AQUA&THERMAE**
con Kit Telo e Accappatoio: € 30,00 a persona per l'intera durata del soggiorno
- **TASSA DI SOGGIORNO € 3,50**
al giorno per un massimo di 4 pernottamenti
- **EVENTUALI ACCESSI GIORNALIERI: ALLE PISCINE e SPA**
da parte di utenti esterni che non pernottano
SABATO E DOMENICA € 40,00 a persona
LUNEDÌ € 30,00 a persona
incluso solo il telo per la sdraio
- **EVENTUALE PRANZO/CENA € 30,00**
a persona - bevande escluse

