

NINOS GRAND & BLUE WATER

Vzorový program

PONDĚLÍ

8:30 - 9:00 Ranní běh	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Stretching	bazén
11:30 - 12:00 Aquagym	bazén
15:00 - 15:30 Motion infoschůzka a registrace	recepce
16:00 - 16:30 Hotelová tour	recepce
17:00 - 17:30 Plážový volejbal	pláž

ÚTERÝ

8:30 - 9:00 Ranní protažení	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Vodní pólo	bazén
11:30 - 12:00 Pétanque	pláž
15:00 - 16:00 Sportovní turnaj	pláž
16:00 - 16:30 Šipky	bazén
17:00 - 17:30 Dynamická chůze	pláž

STŘEDA - (ANIMAČNÍ VOLNO)

ČTVRTEK

8:30 - 16:30 * <u>Výlet - Lefkáda (bus trip) *</u> 50€ / dítě 30€	recepce
8:30 - 9:00 Ranní workout	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Stretching	pláž
11:30 - 12:00 Aqua aerobik	bazén
15:00 - 16:00 Sportovní turnaj	pláž
16:00 - 16:30 Kardio cvičení	pláž
17:00 - 17:30 Mölkky (dřevěné kuželky)	pláž

PÁTEK

8:30 - 9:00 Ranní běh	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Stretching	bazén
11:30 - 12:00 Aquagym	bazén
15:00 - 15:30 Motion infoschůzka a registrace	recepce
16:00 - 16:30 Hotelová tour	recepce
17:00 - 17:30 Plážový volejbal	pláž
21:00 - 22:00 CZ&SK kvíz	TBD

SOBOTA

8:30 - 9:00 Ranní protažení	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Vodní pólo	bazén
11:30 - 12:00 Šipky	bazén
15:00 - 16:00 Sportovní turnaj	pláž
16:00 - 16:30 Mölkky (dřevěné kuželky)	pláž
17:00 - 17:30 Dynamická chůze	pláž

NEDĚLE

8:30 - 9:00 Ranní workout	pláž
9:30 - 10:30 * Paddleboarding *	pláž
10:30 - 11:00 Stretching	pláž
11:30 - 12:00 Aquagym	bazén
15:00 - 16:00 Plážové hry	pláž
16:00 - 16:30 Kardio cvičení	pláž
17:00 - 17:30 Fotbal	pláž

Podtržené aktivity jsou placené

* Na tuto aktivitu je nutné se přihlásit *

Změna programu vyhrazena