

NINOS GRAND & BLUEWATER

PONDĚLÍ

8:30 Ranní běh
9:30 Paddleboardy
10:30 Jóga
11:30 Aquagym

15:00 Motion infoschůzka a registrace
16:00 Hotelová tour
17:00 Plážový volejbal

21:00 Večerní program

ÚTERÝ

8:30 Ranní protažení
10:30 Aerobik
11:30 Pétanque

15:00 Meditace a dech
16:00 Tzatziki workshop
17:00 Dynamická chůze

21:00 Večerní program

STŘEDA - (ANIMAČNÍ VOLNO)

ČTVRTEK

8:30 Ranní workout
9:30 Paddleboardy
10:30 Aqua aerobik
11:30 Lukostřelba

15:00 Lodní výlet - Paxos a Antipaxos
16:00 Kardio cvičení
17:00 Mölkky (dřevěné kuželky)

21:00 Večerní program

PÁTEK

8:30 Ranní běh
9:30 Paddleboardy
10:30 Pilates
11:30 Aquagym

15:00 Motion infoschůzka a registrace
16:00 Hotelová tour
17:00 Plážový volejbal

21:00 CZ&SK kvíz

SOBOTA

8:30 Ranní protažení
10:30 Aerobik
11:30 Šipky

15:00 Meditace a dech
16:00 Tzatziki workshop
17:00 Dynamická chůze

21:00 Večerní program

NEDĚLE

8:30 Ranní workout
9:30 Paddleboardy
10:30 Aquagym
11:30 Lukostřelba

15:00 Plážové hry
16:00 Kardio cvičení
17:00 Fotbal

21:00 Večerní program