



MåBra Resa

16 maj 2020

MåBra resan firar **10 år!!!**

Det vill vi fira lite extra med fler ledare och fler alternativa pass så häng med på en härlig resa där du njuter, tränar, vilar, umgås 😊

Bokar du senast 30/11 = 400:- i rabatt!

En vecka på Rhodos, vi bor på 5-stjärniga Lindos Imperial med All Inclusive, där all mat och dryck från tidig morgon till sen kväll ingår!

Alla är välkomna, du bestämmer själv vad du vill göra resan till. En solsemester, en träningsresa eller en kombination av allt!

Avresedag: Lördag 16 maj 2019, 7 dagar! **Platser:** 60

Detta ingår:

- Superfin All Inclusive
- Flyg t o r, inkl måltid ombord.
- Transfer till/från hotellet.
- Alla våra träningspass: Kl. 7.30 12.00 17.00

Instruktörerna **Eva Morén** och **Sofie Näslund** är som vanligt med. Till jubileumsresan blir även **Maria Persson**, **Camilla Mellqvist** och **Annika Tägtström** med.

Elisabeth finns naturligtvis med Er också, samt **Peppe** som ser till att vi får roliga utmaningar. Vi ser fram emot att göra din vecka helt underbar☺

Vi erbjuder en mängd härliga, utmanande, roliga och avslappnande pass!

Ex. Core, Funktionell träning, Tabata, Attack, Yoga, YinYoga, QiGong, ParYoga, Balance, Soma Move Danspass, Pilates, Step, Vattengympa, Stationsträning!

All träning är utomhus!

Vi gör en resa till Lindos eller till Rhodos stad! Mer info om det fås senare. Betalas av resenären på plats om man är intresserad av att följa med.



Eva Sofie Elisabeth

Priser per person

10 400:- Dubbelrum trädgård

11 000:- Dubblerum havsutsikt

- 11 200:- Familjerum trädgård

- 11 700:- Familjerum havsutsikt

- 12 400:- Singelrum trädgård

Plats

Lindos Imperial är en lyxig oas med en förtrollande utsikt över det Egeiska havet. Hotellet ligger i lugna Kiotari på Rhodos östra sida, endast 10 kilometer från historiska hamnstaden Lindos, som du bara inte får missa. Här trängs gulliga små butiker och lokala restauranger i snirkliga gränder – och allt toppas med den fantastiska utsikten högt uppifrån sluttningen. Det är ca 60 km till Rhodos stad, och transfern från flygplatsen tar ca 1,5-2 timmar till Kiotari. På det eleganta familjehotellet får du inte mindre än fyra pooler, flera vattenrutschbanor, gym och sportfaciliteter, samt ett spa med flera olika behandlingar.

All Inclusive-programmet inkluderar flertalet restauranger och barer som serverar välsmakande mat och dryck både från Grekland och från många av världens andra hörn. Du bor i fräscha och rymliga rum med de flesta bekvämligheter du kan

tänka dig! Hotellet ligger i en sluttning så det förekommer nivåskillnader runt om på området. Det finns hiss i huvudbyggnaden men inte i de mindre byggnaderna.

Boka:

Ring Nazar på tel.nr: 0770-777888.

Inled bokningen med:

”Må Bra resa Sandviken 16 maj 2020”

Nazar hjälper dig med bokningen samt all info om handpenning och betalnings samt försäkringar. Alla försäkringar står resenären själv för.

Vänligen mejla till Elisabeth när ni bokat resan till Nazar, så jag har koll på vilka som bokat sig, namn, ålder, mobil, mail samt ort på alla deltagare i sällskapet.

Kom ihåg att antal platser är begränsade och vi behöver din bokning senast 15/3-20!

Buss anslutning Arlanda:

Vi ordnar busstransfer från Sandviken/Gävle till Arlanda tur och retur. Pris återkommer jag med men ca 500:- beroende på hur många som åker med. Det finns begränsat antal platser på bussen. Önskar ni plats på buss så meddelar ni det när ni mejlar Era uppgifter till elisabeth@halsocenterab.se

”Det spelar ingen roll om du åker ensam, med dina vänner, par, föräldrar och barn/tonåringar/vuxen eller familj. Hur du än väljer att åka så har du världens chans att testa på olika träningsformer, träffa nya människor och njuta av en härlig vecka med sol & bad, fantastiskt god mat. Det är inget krav på att delta i gruppaktiviteter eller liknande”.

Ring eller mejla mig gärna om frågor och mer info!

Vi ser så fram emot en härlig vecka med Er☺

Elisabeth, Eva, Sofie, Peppe

Maria, Camilla, Annika

Hälsocenter

Elisabeth Andersson

Mobil: 070-9462233

Mail: elisabeth@halsocenterab.se

www.halsocenterab.se



Maria Elisabeth Annika Camilla