



Polen Hälsoresa 5 dagar 19 – 23/11 2023

Följ med OSS, i samarbete med Vikingbuss/Ringarums, och njut av en härlig SPA vistelse i Polen. Vi bor i hamnstaden Swinoujscie på fina Trzy Wyspy SPA & Medical. Här får vi frukost, lunch och middag varje dag. Unna er några dagar med behandlingar, god mat och härlig samvaro!!

Dag 1 Hemorten – Swinoujscie

Avresa på morgonen från Östergötland. Vi gör första stoppet i Ljungby för kaffe och smörgås. Med färjor mellan Helsingborg - Helsingör och Gedser - Rostock når vi snart Tyskland. Vi far den relativt nya motorvägen mot Usedom och kör över ön innan vi passerar gränsen mot Polen och når vårt fräscha hotell, middag serveras efter ankomst.

Dag 2-4 Swinoujscie

Vårt hotell ligger i centrala Swinoujscie med närhet till den långa stranden. Vårt besök börjar med att efter frukost besöka hotellets läkare (engelsktalande) som ordinerar olika hälsobehandlingar. Har ni svårt med engelskan kan er reseledare följa med er. Under vår vistelse har vi fritt tillträde till hotellets pool, bubbelbad, bastu, gym och relax. Mot tillägg kan man boka till extra behandlingar, t ex. klassisk massage, skönhets- och övriga behandlingar. Vi äter frukost, lunch och middag varje dag på hotellet.

Dag 5 Swinoujscie – Hemorten

Efter frukost beger vi oss till Rostock och lite shopping innan vi tar oss till vår färja som avgår 13:30. Vi reser samma vägar hem som ner och beräknas vara i Östergötland vid 23 tiden.

Det ingår 3 behandlingar som ordineras av hotellets läkare efter ett kort besök dag 2. Någon/några av dessa behandlingar kommer läkaren att välja mellan: Galvanotherapy, Ionophorese, Diadynamic, Electrotherapy Ten, Electrostimulation, Sollux lamp, Inhalation, Group gymnastics, Bubble Bath, Water gymnastic, Salt cave, Magnotherapy, Hydrojet, Hot and cold bath therapy, Whirlpool massage of the lower limbs, Fango paraffin, Kriocryotherapy, Ultrasound, Skan laser, Brine bath, Peat mud wrap. Kan vara så att man får 3 likadana behandlingar för att motverka någon åkomma. Det ingår även 1 x Salt Cave och 1 x Hydrojet. Hotellet erbjuder också andra typer av behandlingar som man kan boka till mot en extra kostnad. **OBS! Bokas hemifrån, helst när ni bokar resan för att vara säker på att man har en plats. Vikingbuss har uppgifter om priser etc. TÄNK på att ta med badtofflor, vita strumpor och egen badrock enligt rekommendation (OBS! Finns att hyra badrock för 10 euro som man behåller under vistelsen)**

PRIS: 4 850,--

I priset ingår: Bussresa, vägavgifter, färjor, dag 1 fm kaffe och smörgås, del i dubbelrum (begränsat antal enkelrum till samma pris), 4 frukost, 3 luncher, 4 middag, 3 behandlingar + enligt ovan, fritt inträde till relaxavdelningen, reseledare.

Tillägg: Dryck till maten

Valuta: Zloty

Anmäl er till: Vikingbuss tel: 013-141516 / 0121-30300 el. mail: info@vikingbuss.com

Senast: 1/9 därefter i mån av plats.

Betalningsvillkor: Ni kan boka av er fram till 46 dagar innan avresa utan kostnad, 45 dagar innan betalar ni 400,--/person som 1:a betalning. 30 dagar innan avresa är slutbetalning. **Avbokningsvillkor:** Från 45 – 31 dagar innan avresa 400,--/person. Från 30 – 8 dagar innan avresa 50% av resans pris därefter 100 %.

Tänk på att: * Ni har giltigt pass * Ni har med er Europeiska sjukförsäkringskortet (saknar ni ett så beställ på Försäkringskassan, vi kan hjälpa till) * Ni har rätt avbeställningsskydd *Allmänna villkor för paketresor gäller