



## Słoneczne Termy Wielka Pieniawa OFERTA I CENNIK





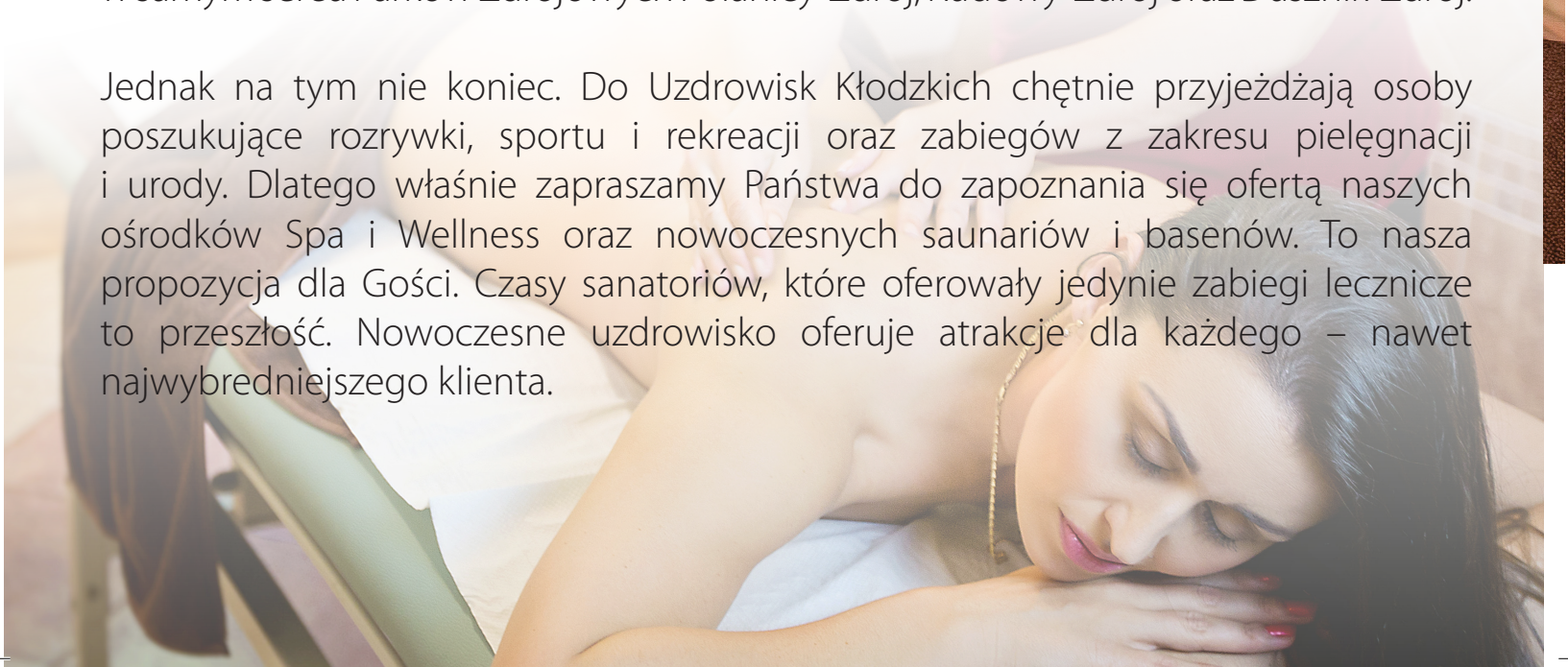
# Uzdrowiska Kłodzkie S.A. - Grupa PGU

## Spa i Wellness

Jesteśmy największą grupą uzdrowską w kraju. Stoi za nami ponad 100 lat tradycji oraz polski kapitał. Kładziemy nacisk na tradycyjne wartości: zdrowie, wypoczynek oraz możliwość aktywnego spędzania czasu z rodziną.

Posiadamy 15 obiektów w 3 lokalizacjach, co przekłada się na bazę ok. 1 600 miejsc noclegowych. Wody, które produkujemy: Staropolanka, Wielka Pieniawa i Kudowianka są jednymi z najlepiej rozpoznawalnych i najwyżej ocenianych w branży. Do dyspozycji Gości oddajemy komfortowo wyposażone obiekty usytuowane w samym sercu Parków Zdrojowych Polanicy-Zdrój, Kudowy-Zdrój oraz Dusznik-Zdrój.

Jednak na tym nie koniec. Do Uzdrowisk Kłodzkich chętnie przyjeżdżają osoby poszukujące rozrywki, sportu i rekreacji oraz zabiegów z zakresu pielęgnacji i urody. Dlatego właśnie zapraszamy Państwa do zapoznania się ofertą naszych ośrodków Spa i Wellness oraz nowoczesnych saunariów i basenów. To nasza propozycja dla Gości. Czasy sanatoriów, które oferowały jedynie zabiegi lecznicze to przeszłość. Nowoczesne uzdrowisko oferuje atrakcje dla każdego – nawet najwybredniejszego klienta.





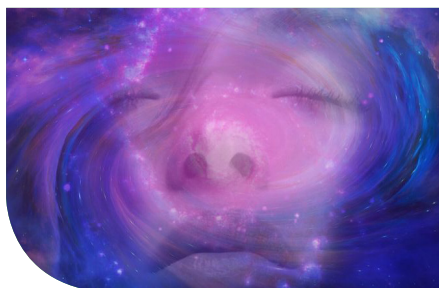
Spa Wielka Pieniawa położone w samym sercu Parku Zdrojowego, w bezpośrednim sąsiedztwie skarbów przyrody zaprasza do harmonijnie urządzonych wnętrz, gdzie każdy nabierze sił, rozładuje stres i odzyska radość życia.

W luksusowych gabinetach pod opieką profesjonalnej kadry, można nie tylko odzyskać spokój, ale przede wszystkim poprawić swoją kondycję oraz zadbać o urodę. Oryginalne rytuały Spa z użyciem orientalnych olejków eterycznych, aromatycznej czekolady lub gorących kamieni pozwolą na kompleksową regenerację zarówno ciała jak i umysłu. Unikalne kąpiele oraz okłady z użyciem mineralnego błota z Morza Martwego przywrócą ciału blask i aksamitną gładkość. Okłady z alg, wonne kąpiele czy seanse w Strefie Saun skutecznie odprężą ciało, złagodzą napięcia i stres.

 **SŁONECZNE  
TERMY**  
Wielka Pieniawa

**Staropolanka**

# Pakiety rekreacyjne Day SPA

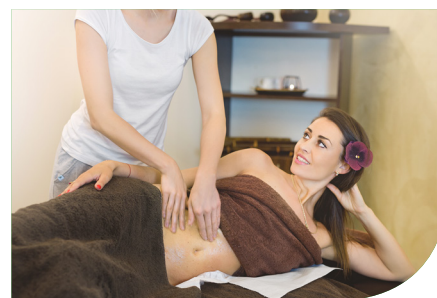


## PAKIET DAY SPA „ENERGIA DLA ZMYŚŁÓW” – 160 zł

- Seans w strefie saun „Klimaty Świata” - saunie fińskiej, parowej oraz śnieżnej (30 min.);
- Okład z alg z peelingiem i aplikacją balsamu;
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.

## PAKIET DAY SPA „AROMATYCZNA PODRÓŻ” – 200 zł

- Seans w Kompleksie Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, basen + sauna (60 min.);
- Masaż relaksacyjny całościowy z aromaterapią (60 min.);
- Aromatyczny peeling całego ciała z aplikacją balsamu (do 30 min.);
- Za zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.



## PAKIET DAY SPA „PAKIET WYSZCZUPLAJĄCY” – 260 zł

- Seans w Kompleksie Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, basen + sauna (60 min.);
- Masaż szwedzki z użyciem bańki chińskiej (60 min.);
- Malinowa maska z BIO kofeiną z Guarany na ciało: peeling, maska, balsam (60 min.);
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.



## PAKIET DAY – SPA „KOKOSOWY RAJ” – 300 zł

- Ciepła kąpiel solankowa z solą z Morza Martwego (15 min.);
- Okłady z mineralnego błota z Morza Martwego z peelingiem solankowym i aplikacją balsamu (do 75 min.);
- Masaż szwedzki z użyciem olejku migdałowego (60 min.);
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.





### PAKIET DAY – SPA „POPOŁUDNIE Z PRZYJACIÓŁKĄ” – 160 zł od osoby (dla 2 os.)

- Seans w Kompleksie Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, basen + sauna (60 min.);
- Masaż relaksacyjny częściowy kręgosłupa z użyciem Shea Oil (30 min.);
- Witaminowa maska algowa na twarz (do 60 min.);
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.

### PAKIET DAY – SPA „SZYBKA REGENERACJA DLA PANÓW” – 130 zł

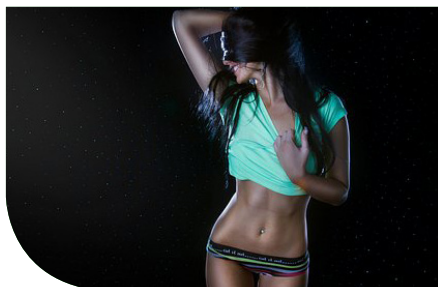
- Seans w strefie saun „Klimaty Świata” - saunie fińskiej, parowej oraz śnieżnej (60 min.);
- Masaż szwedzki (60 min.);
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.



### PAKIET DAY – SPA „CHWILA RELAKSU” – 170 zł

- Fotonowy masaż ultradźwiękowy z wprowadzaniem serum – zabieg na twarz (20 min.);
- SHEA Relax Treatment - Masaż całościowy organicznym olejkiem. Relaksacja, rozluźnienie i ukojenie zmysłów;
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.

# Pakiety rekreacyjne Day SPA



## PAKIET DAY – SPA „PAKIET ANTYCELLULITOWY” – 140 zł

- Hydromasaż w basenie (60 min.);
- Masaż antycellulitowy bańką chińską (30 min.);
- okłady z mineralnego błota z Morza Martwego – na okolice objętą cellulitem (do 30 min.);
- Na zakończenie kwadrans odpoczynku w salonie „SPA Wielka Pieniawa” przy muzyce relaksacyjnej oraz aromaterapii wraz z degustacją orzeźwiającej wody mineralnej „Staropolanka” lub „Wielka Pieniawa”.

## PAKIET DAY – SPA „ROMANTYCZNY DZIEŃ DLA DWOJGA” – 500 zł

- **ONA** - Okład z mineralnego błota z Morza Martwego na całe ciało z peelingiem solankowym i aplikacją balsamu (do 75 min.);
- Masaż relaksacyjny z olejkami eterycznymi (do 60 min.);
- **ON** - Okład z mineralnego błota z Morza Martwego na całe ciało z peelingiem solankowym i aplikacją balsamu (do 75 min.);
- Masaż szwedzki – 60 min.



## PAKIET DAY – SPA „PODRÓŻ W KLIMATY ŚWIATA” DLA 6 OSÓB – 200 zł, DLA 12 OSÓB - 290zł

- Seans w strefie saun „Klimaty Świata” - saunie fińskiej, parowej oraz śnieżnej (60 min.) – strefa saun na wyłączność dla max 6 osób (lub max 12 osób) po godzinie 21.00.

*Uwagi: wymagana jest wcześniejsza rezerwacja terminu oraz godziny wynajęcia strefy saun na wyłączność u pracownika kompleksu na min. 3 dni przed dokonaniem rezerwacji. Realizacja usługi – w godzinach funkcjonowania kompleksu.*

## PAKIET DAY – SPA „TWÓJ DZIEŃ” – 690 zł

- Kompleks basenów „Słoneczne Termy Wielka Pieniawa” na wyłączność (60 min.).

*Uwagi: wymagana jest wcześniejsza rezerwacja terminu oraz godziny wynajęcia basenów na wyłączność u pracownika kompleksu na min. 3 dni przed dokonaniem rezerwacji. Realizacja usługi – w godzinach funkcjonowania basenów. Strefa saun płatna dodatkowo zgodnie z cennikiem. Maksymalna liczba osób korzystających z usługi – 50. Kolejne 60 minut kosztuje 590 zł.*



## Basen, Fit i Saunarium

Na Gości Kompleksu Słonecznych Term Wielka Pieniawa czekają dwa baseny wyposażone w system masażu podwodnych, Słoneczne Fit Centrum oraz Strefa Saun „Klimaty Świata” z sauną fińską "Sahara", łaźnią parową „Tropik” oraz sauną śnieżną „Arctica”.

W Słonecznym Fit Centrum można popracować nad kondycją i siłą. Nowoczesny sprzęt fitness i cardio umożliwi trening wytrzymałościowy i oporowy, przez co pomoże spełnić marzenia o idealnej sylwetce.

W ramach zajęć w Słonecznym Fit Centrum odbywają się zajęcia:

- Zumba;
- Pilates;
- Zdrowy kręgosłup;
- ANB – Atak na brzuch;
- ANP – Atak na pośladki;
- Aktywna 50+ zajęcia aerobowe dla dojrzałych kobiet;



## Programy lojalnościowe

Dla naszych Gości i klientów przygotowaliśmy atrakcyjne programy lojalnościowe. Poniżej prezentujemy wybrane.



**Karta 4 + 1, to program dla miłośników masażu i wypoczynku w naszej strefie SPA.** Wykupując cztery masaży tego samego rodzaju – piąty otrzymasz gratis (karta ważna jest dla jednej osoby).



**Karta Masaż twarzy gratis, to oferta dla osób korzystających z naszych basenów.** Wykupując 10 godzinnych wejść otrzymasz masaż twarzy gratis (karta ważna jest dla jednej osoby).



**10 kawa gratis, to propozycja dla miłośników aromatycznego napoju.** Wykupując 9 kaw, 10 otrzymasz gratis (karta ważna jest dla jednej osoby).

*Promocje trwają do 31 grudnia 2018 roku*



# Cennik - basen i SPA

## I. Wstęp do Słonecznego Fit Centrum - usługa realizowana w kompleksach: Słoneczne Termy Wielka Pieniawa w Polanicy-Zdrój, Słoneczne Termy Jan Kazimierz w Dusznikach-Zdrój oraz Słoneczne Termy Zameczek w Kudowie-Zdrój

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Cena brutto
1	Karnet Fit Centrum (10 nieograniczonych czasowo wstępów do fit centrum)	95,00 zł
2	Karnet Full Open (10 nieograniczonych czasowo wstępów na basen, saunę i fit centrum)	190,00 zł
3	Karnet do Słonecznego Fit Centrum (codzienny wstęp bez ograniczeń czasowych) dotyczy tylko Dusznik - Zdroju, ważny miesiąc od daty zakupu	120,00 zł
4	Karnet Zajęcia Aerobowe (10 wstępów)	95,00 zł
5	Karnet Beauty & Slim na zajęcia aerobowe - Zameczek w Kudowie-Zdroju*	90,00 zł
	* - regulamin oferty znajduje się w załączniku nr. 21 do cennika usług	
6	<b>Jednorazowy wstęp na basen od poniedziałku do piątku</b>	
	normalne - pierwsza godzina	12,00 zł
	normalne - cena za minutę po 1 godz.	0,20 zł
	ulgowe - pierwsza godzina	11,00 zł
	ulgowe - cena za minutę po 1 godz.	0,18 zł
7	<b>Jednorazowy wstęp na basen w sobotę i niedzielę</b>	
	normalne - pierwsza godzina	14,00 zł
	normalne - cena za minutę po 1 godz.	0,23 zł
	ulgowe - pierwsza godzina	12,00 zł
	ulgowe - cena za minutę po 1 godz.	0,20 zł

**Słoneczne Fit Centrum czynne: poniedziałek - sobota: 15.00 - 21.00; niedziela: 10.00 - 21.00**

## II. BASEN - usługi - gimnastyka lecznicza w basenie pod opieką fizjoterapeuty

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	POLANICA-ZDRÓJ	DUSZNIKI-ZDRÓJ	Cena brutto
1	Gimnastyka lecznicza w basenie (30 min.)	x	x	15,00 zł
2	Gimnastyka lecznicza osób niepełnosprawnych (30 min.)	x	x	25,00 zł

## Cennik - basen i SPA

### III. BASEN - usługi pod opieką instruktora

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	DOSTĘPNOŚĆ ZABIEGÓW			Cena brutto
		Polanica	Duszniki	Kudowa	
1	Nauka pływania-usługa pod opieką instruktora (45 min.)	x	x	x	42,00 zł
2	Basen + sauny na wyłączność (60 min.) w kompleksie „Słoneczne Termy Jan Kazimierz” w Dusznikach - Zdroju oraz „Słoneczne Termy Zameczek i Jagusia” w Kudowie-Zdroju Wymagana jest wcześniejsza rezerwacja terminu oraz godziny korzystania z basenu na wyłączność u pracownika recepcji kompleksu na min. 3 dni przed dokonaniem rezerwacji. Maksymalna liczba osób korzystających z usługi – 25.		x	x	250,00 zł

### IV. BASEN - kompleks Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, Jan Kazimierz, Zameczek, Jagusia bez zalecenia lekarza i nadzoru fizjoterapeuty PKWiU - 93.11.10.0

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Cena brutto
1	Karnet (10 godz.)	95,00 zł
2	<b>Jednorazowy wstęp na basen od poniedziałku do piątku</b>	
	normalne - pierwsza godzina	12,00 zł
	normalne - cena za minutę po 1 godz.	0,20 zł
	ulgowe - pierwsza godzina	11,00 zł
	ulgowe - cena za minutę po 1 godz.	0,18 zł
	grupowe - pierwsza godzina	10,00 zł
	grupowe - cena za minutę po 1 godz.	0,17 zł
3	<b>Jednorazowy wstęp na basen w sobotę i niedzielę</b>	
	normalne - pierwsza godzina	14,00 zł
	normalne - cena za minutę po 1 godz.	0,23 zł
	ulgowe - pierwsza godzina	12,00 zł
	ulgowe - cena za minutę po 1 godz.	0,21 zł
	grupowe - pierwsza godzina	11,00 zł
	grupowe - cena za minutę po 1 godz.	0,20 zł

**V. JOGA - kompleks Słoneczne Termy Wielka Pieniawa - bez zalecenia lekarza i nadzoru fizjoterapeuty PKWiU - 93.11.10.0**

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Cena brutto
1	Karnety	
	Karnet na zajęcia Jogi - 10 wstępów 1-godzinnych	130,00 zł
	Karnet na zajęcia Jogi - 10 wstępów 1,5- godzinnych	180,00 zł
2	<b>Jednorazowy wstęp na jogę</b>	
	Wstęp na zajęcia (60 min.)	15,00 zł
	Wstęp na zajęcia (60 min.)	20,00 zł

**VI. BASEN - kompleks Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, Jan Kazimierz, Zameczek, Jagusia bez zalecenia lekarza i nadzoru fizjoterapeuty PKWiU - 93.11.10.0**

**Bilety rodzinne**

Jeden dorosły + dziecko do lat 12\*

	Poniedziałek-Piątek	Weekendy i Święta
1 godz.	17,00 zł	19,00 zł
2 godz.	32,00 zł	36,00 zł
każda kolejna minuta	0,35 zł	0,40 zł
każde kolejne dziecko	7,00 zł	7,00 zł

\*max do 3 dzieci (każde kolejne dziecko)



## Cennik - usługi rekreacyjne

### I. USŁUGI REKREACYJNE bez ordynacji lekarskiej\*

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Dostępność zabiegów			Cena brutto
		Polanica	Duszniki	Kudowa	
1	Algowa bomba witaminowa - zabieg detoksykujący nawilżający skórę (do 3 godz.)	x			350,00 zł
2	Aqua baby - zajęcia w wodzie z instruktorem połączone z nauką pływania dla dzieci od 4 m-cy do 3 lat (30 min.)			x	25,00 zł
3	Cellu-stop kofeinowy peeling całego ciała z aplikacją balsamu (do 35 min.)	x		x	60,00 zł
4	Cukrowy peeling całego ciała z aplikacją balsamu (do 35min.)	x		x	60,00 zł
5	Czekoladowy masaż + peeling (do 2 godz.)	x			150,00 zł
6	Czekoladowy masaż kalifornijski (60 min.)	x		x	120,00 zł
7	Czekoladowa rozkosz - zabieg relaksujący na ciało (2godz.)	x			260,00 zł
8	Dary ziemi kuracja antycellulitowa - peeling i maska borowinowa na ciało (45min.)		x		110,00 zł
9	Dary morza - peeling i maska z Morza Martwego na ciało (45 min.)		x		110,00 zł
10	Drewniany masaż całego ciała pałkami bambusowymi (60 min.)	x			110,00 zł
11	Drewniany masaż całego ciała pałkami bambusowymi (30 min.)	x			70,00 zł
12	Esencja młodości – zabieg rewitalizujący na twarz (65 min.)	x			150,00 zł
13	Fotonowy masaż ultradźwiękowy z wprowadzaniem serum (20min.) - zabieg na twarz	x			50,00 zł
14	Indywidualna gimnastyka wzmacniająca w wodzie (45 min) - pod opieką instruktora		x		45,00 zł
15	Kąpiel solankowa z solą z Morza Martwego (15min.)	x	x	x	35,00 zł
16	Kąpiel z użyciem mineralnego błota z Morza Martwego (15 min.)	x	x	x	45,00 zł
17	Kofeinowy masaż antycelulitowy - częściowy manualny (30 min.)	x		x	70,00 zł
18	Kosmetyczna borowina, jedna okolica (15 min.)	x	x	x	22,00 zł
19	Lampa Bio-V (do 12 min.)	x	x	x	13,00 zł
20	Łaźnie inhalacyjne w strefie saun (30 min.)	x			18,00 zł
21	Łaźnie inhalacyjne w strefie saun (kolejna minuta)	x			0,60 zł
22	Malinowe BUM! antycelulitowe - zabieg wyszczuplająco-detoksykujący (do 2godz.)	x			260,00 zł
23	Masaż całościowy świecą aromatyczną (60 min.)	x			120,00 zł
24	Masaż gorącymi kamieniami całego ciała (60 min.)	x		x	160,00 zł
25	Masaż gorącymi kamieniami częściowy (30 min.)	x		x	80,00 zł

## Cennik - usługi rekreacyjne

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Dostępność zabiegów			Cena brutto
		Polanica	Duszniki	Kudowa	
26	Masaż kalifornijski + peeling (90 min.)	x		x	170,00 zł
27	Masaż Lomi - Lomi (60 min.)	x			120,00 zł
28	Masaż Lomi - Lomi (90 min.)	x			150,00 zł
29	Masaż relaksacyjny całościowy z aromaterapią (60 min.)	x		x	120,00 zł
30	Masaż relaksacyjny twarzy (20 min.)	x		x	40,00 zł
31	Masaż relaksacyjny z użyciem Shea Oil (60 min.)	x		x	120,00 zł
32	Masaż relaksacyjny częściowy Shea Oil (30 min.)	x		x	70,00 zł
33	Masaż sportowy (60 min.)	x		x	120,00 zł
34	Masaż sportowy częściowy (30 min.)	x		x	70,00 zł
35	Masaż szwedzki (60 min.)	x		x	120,00 zł
36	Masaż szwedzki częściowy (30 min.)	x		x	70,00 zł
37	Mezoterapia mikroigłowa (demakijaż, peeling, a na koniec maska łagodząca) (do 70 min.)	x			250,00 zł
38	Nordic Walking	x			13,00 zł
39	Okłady z mineralnego błota z Morza Martwego na całe ciało (45 min.)	x	x		90,00 zł
40	Okłady z mineralnego błota z Morza Martwego - kręgosłup/plecy lub nogi (30 min.)	x	x		70,00 zł
41	Okłady z mineralnego błota z Morza Martwego z peelingiem solankowym i aplikacją balsamu (75 min.)	x			160,00 zł
42	Parafinowanie dłoni/stóp (do 30 min.)	x	x	x	50,00 zł
43	Relaksacyjna kąpiel perełkowa z aromaterapią (15 min.)	x	x	x	25,00 zł
44	Relaksacyjny masaż podwodny (15 min.)	x	x	x	35,00 zł
45	Relaksacyjny masaż suchy - jedna okolica (15min.)	x	x	x	25,00 zł
46	Rytuał relaksujący z bambusem królewskim (70 min.)	x			170,00 zł
47	Rytuał ujędrniający z miseczkami kokosowymi (70 min.)	x			170,00 zł
48	Soczysta pokusa - arbuzy zabieg nawilżający i redukujący cellulit (do 2 godz.)	x			260,00 zł
49	Ścieżka do terapii bodźcowej (50 min.)	x			65,00 zł
50	Tajski masaż stóp w połączeniu z refleksologią (45 min.)	x		x	80,00 zł
51	Ultra lekkie stopy - zabieg odżywczo-relaksujący na stopy (do 60 min.)	x			100,00 zł

\* - Zabiegi/usługi wykonywane tylko za odpłatnością (nie w ramach pakietu leczniczego i uzdrowiskowego).

## Cennik - usługi rekreacyjne

### W krainie piękna afrykańskiej sawanny - kosmetyki naturalne SHEA Dr Gaye

52	Sensitive SHEA Skin - Kuracja Królowej Saby - energetyzujący peeling do ciała na bazie soli mineralnej z afrykańskiej sawanny, finalnie masaż całościowy organicznym olejkiem królowej Saby, Shea Oil. Dla skóry podrażnionej, skłonnej do alergii, starzenia.	x			170,00 zł
----	--	---	--	--	-----------

### ZABIEGI DLA DZIECI I MŁODZIEŻY

53	Arbuzowy czekoladowy pudding (do 40 min.)	x			80,00 zł
54	Czekoladowa pralina (do 40 min.)	x			80,00 zł
55	Nasz mały sekret - pakiet (do 2 godz.)	x			170,00 zł
56	Puchatkowy masaż rąbek i nóg (do 25 min.)	x			35,00 zł
57	Witaminowa maska algowa do skóry problematycznej (do 60 min.)	x			100,00 zł

x - dostępność zabiegów

<sup>1</sup> - Dotyczy jednej okolicy ciała

Stoneczne Termy „Wielka Pieniawa” – strefa saun czynna: od poniedziałku do piątku w godz. 15.00-21.00, w sobotę i niedzielę w godz. 12.00-21.00

Stoneczne Termy „Jan Kazimierz” i „Zameczek” – strefa saun czynna: od poniedziałku do soboty w godz. 15.00-21.00, w niedzielę w godz. 12.00-21.00

### II. ZABIEGI WYKONYWANE NA BAZIE KOSMETYKÓW BIELENDY PROFESJONAL bez ordynacji lekarskiej\*

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Dostępność zabiegów			Cena brutto
		Polanica	Duszniki	Kudowa	
58	Arbuzowa, malinowa i czekoladowa maska na ciało peeling, maska, balsam (do 60 min.)	x		x	140,00 zł
59	Arbuzowy, malinowy, cukrowy peeling całego ciała z aplikacją balsamu (do 45 min.)			x	70,00 zł
60	Diamentowa maska algowa (do 45 min.)	x		x	100,00 zł
61	Hydrożelowa kolagenowa maska na twarz (do 45 min.)	x		x	110,00 zł
62	Hydrożelowa hialuronowa maska na twarz (do 45 min.)	x		x	110,00 zł
63	Kremowa maseczka przeciwzmarszczkowa z kwasem hialuronowym (do 45 min.)	x		x	90,00 zł
64	Kremowa perłowa maseczka wygładzająca (do 45 min.)	x		x	90,00 zł
65	Chłodząca maseczka algowa na twarz z rutyną i witaminą C (do 45 min.)	x		x	100,00 zł
66	Witaminowa maska algowa (do 45 min.)	x		x	100,00 zł
67	Maska algowa na twarz z komórkami macierzystymi (do 45 min.)	x			100,00 zł

### III. USŁUGI REKREACYJNE bez ordynacji lekarskiej\*

#### Zajęcia aerobowe (zajęcia max dla 17 osób), 50 min.

lp.	WYSZCZEGÓLNIENIE	Dostępność zabiegów			Cena brutto
		Polanica	Duszniki	Kudowa	
68	Aktywna 50+ - wstęp na zajęcia aerobowe dla dojrzałych kobiet	x			12,00 zł
69	AnB - atak na brzuch - wstęp na zajęcia	x		x	12,00 zł
70	AnP - atak na pośladki - wstęp na zajęcia	x		x	12,00 zł
71	AnC- Atak na ciało - wstęp na zajęcia			x	12,00 zł
72	ABT mix (brzuch, pośladki, uda) - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
73	Aqua aerobic (30 min) - wstęp na zajęcia	x	x		16,00 zł
74	Aquaslim - gimnastyka dla otyłych (45 min.) - wstęp na zajęcia		x	x	16,00 zł
75	Aqua - zumba wstęp na zajęcia aerobowe w wodzie (30 min.) (zajęcia max dla 17 osób)	x	x		16,00 zł
76	Cross Trening - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
77	Fit ball - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
78	Gimnastyka grupowa dla kobiet w ciąży i po ciąży (60 min.) - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
79	Gimnastyka w basenie (30 min.) - wstęp na zajęcia	x	x	x	16,00 zł
80	Joga - wstęp na zajęcia (60 min.)	x			15,00 zł
81	Kick boxing - wstęp na zajęcia			x	12,00 zł
82	Zdrowy kręgosłup z elementami Pilatesu - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
83	Zumba - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł
84	Wstęp do strefy saun (cena za 1 min.) Słoneczne Termy Wielka Pieniawa, Jan Kazimierz, Zameczek, Jagusia	x	x	x	0,60 zł
85	Wstęp na tropikalną wyspę (wstęp na basen i sauny - 60 min.)	x	x	x	17,00 zł
86	Wstęp na tropikalną wyspę (wstęp na basen i sauny – cena za minutę po 1 godz.)	x	x	x	0,30 zł
87	Zdrowy kręgosłup z elementami Pilatesu* - zajęcia grupowe - wstęp na zajęcia	x			12,00 zł

\* - Zajęcia prowadzone na zapisy przy min. 6 osobach w grupie

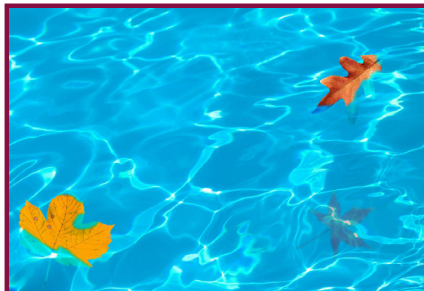
Uzdrowiska Kłodzkie S.A. - Grupa PGU zastrzegają sobie prawo do zmiany cen oferowanych usług oraz składu pakietów.

## BASENOWE OFERTY PROMOCYJNE



### Poranne pływanie

Od poniedziałku do soboty  
w godz. 7.00 – 8.00 – 50% taniej.



### Godzina seniora 60+

W każdy wtorek 50% zniżki  
za okazaniem dowodu  
tożsamości (bez możliwości  
ulgowego przedłużania czasu,  
dopłaty według cennika).



### Dzień Matki

26 maja dla mamy – bilet w cenie  
2zł i dla max 2 dzieci – 50%  
ceny (bez możliwości ulgowego  
przedłużania czasu, dopłaty  
według cennika).



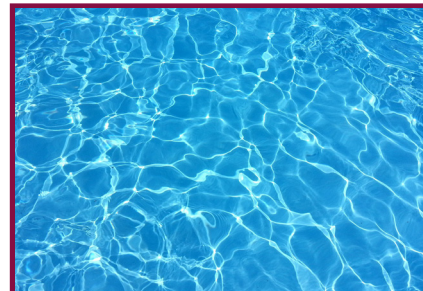
### Dzień Dziecka

1 czerwca dzieci do lat 18 – 2zł  
(bez możliwości ulgowego  
przedłużania czasu, dopłaty  
według cennika).



### Promocja Wakacyjna

Dla dzieci z Polanicy-Zdrój  
na podstawie legitymacji  
szkolnej, od poniedziałku do piątku  
w godz. 12.00–15.00 – 6zł,  
(bez możliwości ulgowego  
przedłużania czasu, dopłaty  
według cennika).



### Promocja lojalnościowa

Przy zakupie karnetu na basen,  
Fit Centrum, Full Open - 10% rabatu  
na kolejny, taki sam karnet.



# UZDROWISKOWA JASKINIA SOLNO-JODOWA W POLANICY-ZDRÓJ

## Wskazania i istota seansu w Uzdrowskiej Jaskini Solno-Jodowej

Istotą seansu jest wprowadzenie do organizmu mikrocząsteczek soli poprzez układ oddechowy i przez skórę. Seans jest rodzajem inhalacji wspomagającej leczenie:

- przewlekłego zapalenia oskrzeli i płuc, jak również pylicy płuc
- chorób dróg oddechowych: nosa, gardła, krtani, zatok, astmy oskrzelowej;
- infekcji i nieżytów górnych dróg oddechowych;
- chorób układu krążenia: niewydolność krążenia, stany pozawałowe, nadciśnienie;
- chorób układu pokarmowego: choroby wrzodowej lub nieżyt żołądka, zapalenie jelita grubego;
- schorzeń dermatologicznych: łuszczyca, zapalenie skóry, alergie;
- dysfunkcji układu nerwowego: nerwica i stany przemęczenia, spadku odporności na stres;
- chorób reumatologicznych;
- zapalenia zatok;
- niedoczynności tarczycy;
- otyłość;
- poprawia przemianę materii oraz wzmacnia układ odpornościowy.

Uzdrowska Jaskinia Solno-Jodowa w Wielkiej Pieniawie czynna jest od poniedziałku do niedzieli w godzinach od 10.00 do 18.00. Ostatni seans rozpoczyna się o godzinie 17.00. W Jaskini można kupić świeczniki, lampy solne, produkty z solą himalajską oraz naturalne kosmetyki.

### CENY BILETÓW

Bilet jednorazowy normalny	14,00 zł
Bilet jednorazowy ulgowy	12,00 zł
Karnet na 5 wejść	60,00 zł
Karnet na 10 wejść	100,00 zł
Cena promocyjna dla kuracjuszy Uzdrowisk Kłodzkich (bilet jednorazowy)	10,00 zł

**Jeden 45-cio minutowy seans odpowiada trzydniowemu pobytowi nad morzem.**

# Wybrane atrakcje ziemi Kłodzkiej



## Zieloniec - Ski Arena

Jeden z najatrakcyjniejszych ośrodków narciarskich w Polsce. Ponad 20 kilometrów tras zjazdowych.



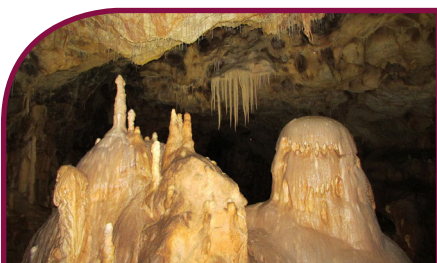
## Rezerwat Błędne Skały w Karłowie

Niepowtarzalny labirynt skalny obejmujący grzbiet Skalniaka (915m n.p.m.).



## Twierdza Kłodzka - Góra Forteczna

Jej początki sięgają X w. i okresu tworzenia się grodu, który aż do XVII w. był wielokrotnie wzmacniany. Wysokość 369m n.p.m.



## Jaskinia Niedźwiedzia (Kletno)

Datowana na okres ery prekambryjskiej (ok. 4,5 mld lat temu).



## Dworek im. F. Chopina w Dusznikach-Zdrój

W 1826 roku w tym budynku koncertował Fryderyk Chopin.



## Wiadukt kolejowy w Lewinie Kłodzkim

Zbudowany w 1903 roku półokrągły wiadukt kamienny połączył Lewin linią kolejową z Dusznikami i Kłodzkiem.



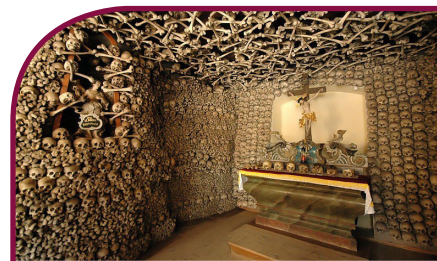
## Muzeum Papiernictwa w Dusznikach-Zdrój

Jedyny obiekt w Polsce udostępniający zbiory z zakresu dziejów papiernictwa, drukarstwa, historii Dusznik-Zdrój.



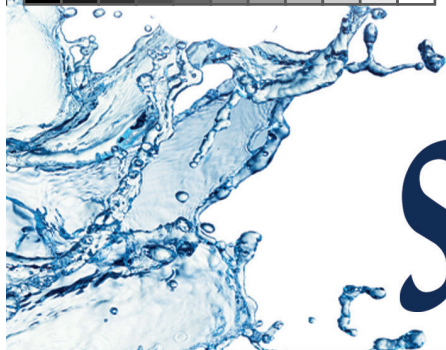
## Szczyt Szczeliniec Wielki w Karłowie

Najwyższy szczyt Gór Stołowych. Wysokość 919m n.p.m.



## Kaplica Czaszek w Kudowie-Zdrój

3 tysiące czaszek i piszczieli. Wspólny grobowiec ofiar wojen Śkich oraz chorób zakaźnych z XVIII wieku.



# Staropolanka®



**POLSKA  
WODA  
Z UZDROWISKA**

## PRZEWODNIK WODY MINERALNE I ŹRÓDLANE

Nasze wody pochodzą z czterech różnych źródeł, dzięki czemu różnią się smakiem i składem mineralnym, mając jednak wspólny mianownik – zdrowy i naturalny charakter! Nasza szeroka oferta wód mineralnych i źródlanych to gwarancja, że każdy znajdzie coś dla siebie. Poznaj Staropolankę - zadbaj o siebie w naturalny sposób i ciesz się życiem!



### Wody wysokozmineralizowane: Staropolanka 2000

Uprawiasz sport, pracujesz i żyjesz aktywnie? Pamiętaj, że Twój organizm potrzebuje dostarczenia większych ilości składników mineralnych, które tracisz każdego dnia. Staropolanki 2000 charakteryzuje się wysoką zawartością wapnia, optymalną ilością magnezu oraz dużą ilością wodorowęglanów, dlatego jest idealna dla osób chcących wzmocnić swój organizm oraz zniwelować stres. Łączna ilość składników mineralnych 2000 mg/dm<sup>3</sup>.



### Wody średniozmineralizowane: Staropolanka, Staropolanka plus, Staropolanka desire

Naturalna woda mineralna, zastrzyk energii, który potrafi wiele zmienić. Regularnie sięgaj po Staropolankę – pierwiastki w niej zawarte sprawią, że Twoje ciało odzyska równowagę. Średniozmineralizowana woda Staropolanka to doskonały sposób na kondycję i doskonałe samopoczucie. Poziom mineralizacji: 800 mg/dm<sup>3</sup>, 1260 mg/dm<sup>3</sup>.



### Wody niskozmineralizowane: Staropolanka Zdrój, Staropolanka Kids

Wszyscy smakosze wiedzą, że dobór odpowiedniej wody może podkreślić i wydobyc smak potraw. Gotowanie to pasja, która sprawia, że pełniej smakujemy życie. Staropolanka Zdrój jest doskonała również dla dzieci. Poziom mineralizacji: 336 mg/dm<sup>3</sup>.



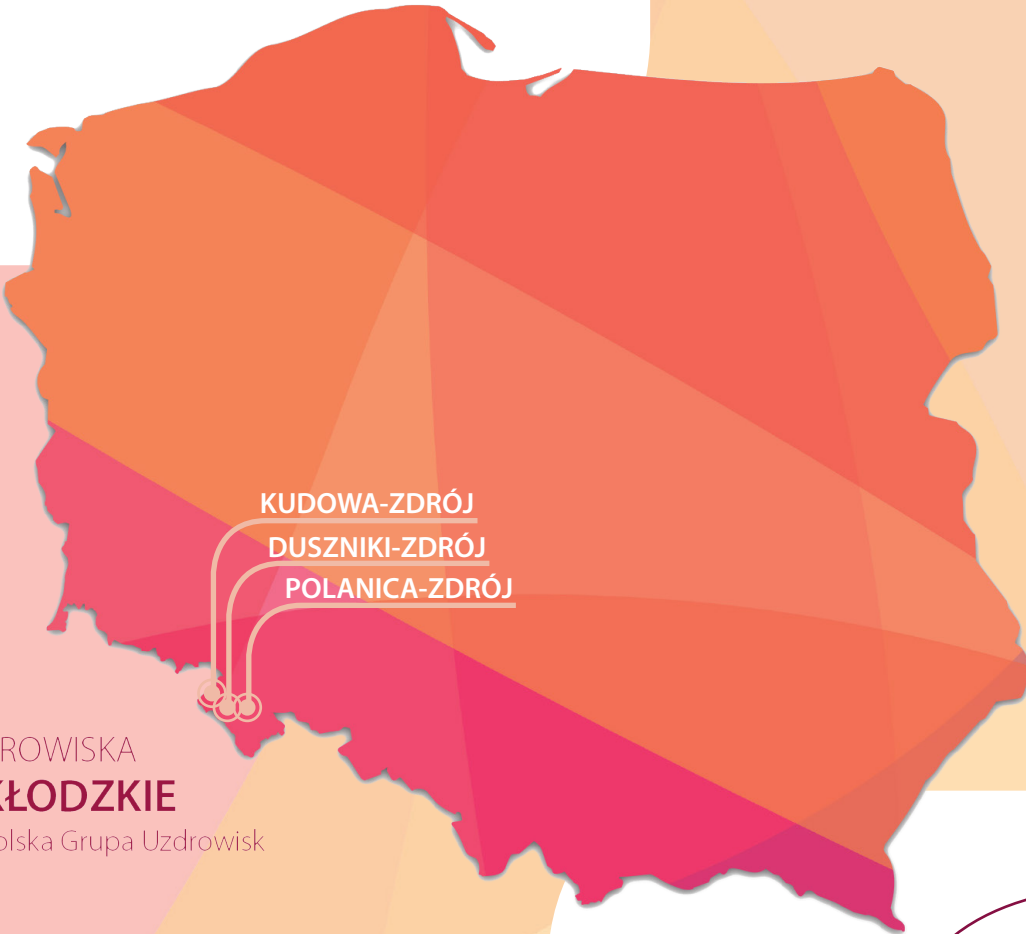
### Wielka Pieniawa:

Naturalna kompozycja minerałów zawartych w Wielkiej Pieniawie wpływa korzystnie na układ pokarmowy w przypadku problemów trawiennych i żołądkowych oraz stymuluje ochronę organizmu przed niekorzystnym wpływem środowiska. Woda Wielka Pieniawa zawiera naturalny dwutlenek węgla a poziom jej mineralizacji wynosi 1316 mg/dm<sup>3</sup>.

[www.staropolanka.pl](http://www.staropolanka.pl)

# Uzdrowiska Kłodzkie S.A. - Grupa PGU

Zapraszamy do naszych obiektów



KUDOWA-ZDRÓJ  
DUSZNIKI-ZDRÓJ  
POLANICA-ZDRÓJ



UZDROWISKA  
**KŁODZKIE**  
Polska Grupa Uzdrowisk

## KONTAKT:

Słoneczne Termy Wielka Pieniawa  
ul. Parkowa 4; 57-320 Polanica Zdrój  
www: [www.uzdrowiska-klodzkie.pl](http://www.uzdrowiska-klodzkie.pl)  
e-mail: [planowanie.polanica@uzdrowiska-klodzkie.pl](mailto:planowanie.polanica@uzdrowiska-klodzkie.pl)  
tel. (74) 86 80 229, (74) 86 80 303

**[www.uzdrowiska-klodzkie.pl](http://www.uzdrowiska-klodzkie.pl)**