

# ORIENTAČNÍ PROGRAM VZPOMÍNKOVÉHO RETRO POBYTU „ANDĚL NA HORÁCH – REKREACE ROH“

Program se operativně přizpůsobuje počasí – aktuální program bude vyvěšen na tabuli u recepcce !



Změna programu vyhrazena

## V prodeji pobyty na rok 2019

Jaro: 28.04. – 05.05.

Léto: 10.08. – 17.08.

Podzim: 07.09. – 14.09.

**Termín pobytu (so - so):  
08.09. – 15.09. 2018**

### 1.den – sobota – den příjezdu

- od 14:00 individuální příjezd rekreatantů do hotelu MORAVA v Tatranské Lomnici
- v cca 15:00 **PŘÍJEZD REKREANTŮ** - busem od vlaku - spojený se slavnostním přivítáním - ubytování.  
(odvoz od vlaku „RegioJet“ z Popradu ve 14.25 do Tatr.Lomnice) - **večeře 17:30** (bufetová)
- 18:30 **INFO VEČER** - přivítání borovičkou. Seznámení s programem + objednání fakultativních výletů  
(NE- Pieniny, PO- termály, ÚT – Štrbské Pleso, ST- Kežmarok, ČT- Liptov, Polsko - Zakopané, PÁ - Spiš.)
- 20:30 **promítání** kultovního filmu z dob odborářské rekreace „DOVOLENÁ S ANDĚLEM“

### 2. den – neděle

- 06:40 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 06:50 v recepci.
- 06:50 – 07:05 **rozcvička** před zotavovnou se sport. referentem (s hudbou) - **07:05 snídaně** (bufetová)
- 07:45 **VÝLET NA PIENINY** - celodenní, busem - splav řeky Dunajec na plitách (vorech),  
nebo varianta „bez splavu“ s návštěvou Muzea Červený Kláštor nebo na kole podél Dunajce.  
+ oběd ve stylové kolibě „Goralský Dvor“ – Haligovce + skanzen zemědělské techniky a mini zoo  
+ famózní NESTVILLE PARK Hniezdne - návštěva skanzenu, exkurze do lihovaru s degustací první  
slovenské whisky + „čokolateria“ (V buse info k technice relaxační jógy) - **18:30 večeře** (bufetová)
- 20:15 **SEZNAMOVACÍ VEČÍREK** (moderovaný) ve společenské místnosti s tancem do 24:00.

### 3. den - pondělí

- 07:00 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 07:10 v recepci.
- 07:10 – 07:25 **rozcvička** před zotavovnou se sport. referentem (s hudbou) - **07:25 snídaně** (bufetová)
- 08:45 – 18:00 **VÝLET DO TERMÁLŮ - termální koupaliště Vrbov** - celodenní, busem s průvodcem. Koupání a  
relaxační **aqua jóga** v bazénu. Po cestě **Poprad** (návštěva „hrabárny ŤAVA“, pak centrum města – zde  
volno do 12:40), pak **Spiš.Sobota** (prohlídka kostela Sv.Juraja, který navštívila angl. královna Alžběta)  
- **18:30 večeře** (bufetová)
- 19:15 – 20:10 **promítání fotografií** z prvních 3 dnů pobytu ve spol. místnosti,
- 20:15 **promítání** kultovního filmu obdoby odborářské rekreace v Americe „**HŘÍŠNÝ TANEC**“

### 4. den - úterý

- 07:00 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 07:10 v recepci.
- 07:10 – 07:25 **rozcvička** před zotavovnou se sport. referentem (s hudbou) - **07:25 snídaně** (bufetová)
- 08:05 společné foto - všichni odchod na louku pod hotelem (s pokračováním výletníků na vlakové nádraží)
- 08:05 **VÝLET NA ŠTRBSKÉ PLESO** (příp. i Popradské pleso) – celodenní, vlakem, se sport. ref., oběd v hotelu  
Fis. Procházka kolem plesa s výkladem + následný individ. návrat vlakem.
- 17:30 – 18:25 relaxační **jóga** pro zájemce - **18:30 večeře** (bufetová)
- 19:15 – 19:40 **promítání fotografií** z programového dne ve spol. místnosti,
- 19:45 – 20:45 **přednáška s promítáním** o historii a současnosti Vysokých Tater - Iveta Bohušová ve spol. místnosti
- 20:50 **promítání** dobového dokumentu „**Československý filmový týdeník**“ ze 60-tých let  
+ kultovního filmu z dob odborářské rekreace „**ANDĚL NA HORÁCH**“

### 5. den - středa

- 07:00 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 07:10 v recepci.
- 07:10 – 07:25 **rozcvička** před zotavovnou se sport. referentem (s hudbou) - **07:25 snídaně jako tenkrát**
- 09:00 - 15:00 **masáže v hotelu** (na objednávku 24 hod předem v recepci za poplatek)
- **08:30 – 09:30 BRIGÁDA** – úprava okolí zotavovny spojená s občerstvením
- 09:30 – 12:30 **soutěže** rekreatantů „Louka u Moravy“ (se sportovním referentem). Opékání buřtů,  
(+ probíhá soutěž družstev ve vaření kotlíkového guláše v počtu 2x 65 porcí.
- 13:15 – 17:00 **VÝLET DO KEŽMARKU** pro zájemce - busem s průvodcem (královské město s památkou UNESCO)

- 14:00 – 17:00 **PROCHÁZKA LOMNICÍ** pro zájemce – s průvodcem s možností návštěvy:
  - **Muzeum lyžování** (vstup 3,-€), pak individuální volno,
  - **Cukrárna Bobčo** s muzeem panenek – zde 10% sleva na kávu se zákuskem (vstupné dobrovolné)
  - **Tatranský kočovný pivovar SÁLUS** - pivní restaurace s pivními speciály.
- 17:30 – 18:25 relaxační **jóga** pro zájemce - **18:30 večeře** (bufetová)
- 19:15 – 19:55 **promítání fotografií** z programového dne ve spol. místnosti,
- 20:00 **promítání** - dokument ČT „**TA NAŠE POVAHA ČESKÁ**“ – téma „**Retro dovolená**“  
+ dokumentu ČT „**SLADKÉ MÁMENÍ**“ - natočeno v hotelu Morava na dnešních retro rekreacích

### 6. den – čtvrtek

- 07:00 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 07:10 v recepci.
- 07:10 – 7:25 **rozcvička** před zotavovnou (s hudbou) - **07:25 snídaně** (bufetová)
- pro zájemce **CELODENNÍ AUTOBUSOVÉ VÝLETY + TURISTIKA** s průvodcem (za poplatek):
  - a) v 08:15 **Polsko** - Nowy Targ + Zakopané (centrum polských Tater)
  - b) v 08:15 **Podtatranský Liptov** - Pribylina (Skanzen liptovskej. dediny, Lipt. Hrádok, Východná, Važec)
  - c) v 08:30 **Turistický výlet** (Bilikova chata – Studenovodský vodopád – Hrebienok - Tatr. Lomnica)
- 17:30 – 18:25 relaxační **jóga** pro zájemce - **v 18:30 bufetová večeře** ve stylu slov.kuchyně s hudbou
- 20:15 **MAŠKARNÍ VEČÍREK s tancem a tombolou** ve spol. místnosti (moderovaný) do 24:00 hod.

### 7. den – pátek

- 07:00 budíček „budovatelskými písněmi“ z reproduktorů na každém poschodí. Sraz v 07:10 v recepci
- 07:10 – 7:25 **Pyžamová rozcvička** před zotavovnou (s hudbou) - **07:25 snídaně** (bufetová)
- 08:00 **VÝLET „SPIŠSKÝ OKRUH“** (UNESCO) celodenní, busem s průvodcem. Na unikátní **Spišský hrad**, do **Spišské Kapituly** a malebné **Levoče** (mj. s návštěvou cukrárny).
- 16:30 – 17:25 relaxační **jóga** **v 18,00** (dochvilnost povinná!) **slavnostní servírovaná závěrečná večeře** s hodnocením **rekreace**, informacemi o odjezdu aj. (jídelna)
- 20:30 **ROZLUČKOVÝ VEČER s harmonikářem** – v hotel. retro kavárně ve stylu lidových česko-slov. písniček

### 8. den - sobota – den odjezdu

- v 06:20 individuální budíček.
- **06:30 snídaně** (bufetová), loučení, **zápisy do hotelové kroniky**, focení **v 07:30 nakládání zavazadel**
- **07:50 ODJEZD K VLAKU** busem (T.Lomnica – Poprad), ostatní: balení a individuální odjezd do 10 hod.

### „NA VEČÍRCÍCH HRAJEME NA PŘÁNÍ“ – Objednejte si v recepci písničku pro své spolurekreanty

#### **Další praktické informace** (aktuální upřesnění na místě !): - **plavky s sebou !!!**

Platby placené na místě + ceny vstupů na jednu osobu (informační ceny z léta 2018):

**POVINNÉ:** pobytová taxa (7 x 1,- €/os) – platí se v recepci 7,- €

#### **NEPOVINNÉ – dobrovolná účast:**

- Výlet Pieniny - „Se splavem řeky Dunajec“ (autobus s průvodcem + vory + oběd s přípitkem a hudbou + Nestville Park) 40,- €
- „Bez splavu“ s návštěvou Muzea Červený Kláštor, nebo na kole podél Dunajce 40,- €  
(autobus s průvodcem + vstupné nebo kolo + oběd s přípitkem a hudbou+ Nestville Park)
- Výlet vlakem na Štrb. Pleso + turistický přechod na Popradské pleso 8,- € (bez jízdenky)  
(průvodce + dvouchodový oběd v hotelu FIS, Pozor! nutná \*TATRY CARD nebo individuální přikoupení jízdenky)
- Výlet – Poprad, + Spiš. Sobota, termály Vrbov (bus, průvodce + vstupy) 18,- €
- Výlet – Podtatranský Liptov (autobus s průvodcem) 13,- €  
(Skanzen Pribylina 3,-€, Hrad Lipt. Hrádok 4,-€, Jeskyně Važec 5,-€) Vstupy:12,- €
- Výlet - Polsko - Zakopané (autobus s průvodcem) 13,- €
- Výlet – Královský Kežmarok (autobus s průvodcem) 10,- €  
(Hrad 5,-€, Kostely UNESCO 3,-€, Lyceum 3,-€) Vstupy:11,- €
- Výlet - Spišský hrad + Spišská Kapitula + Levoča (autobus s průvodcem) 13,- €  
(Chrám sv.Jakuba 3,-€, Spišský hrad 8,-€, Katedrála sv.Martina 3,-€) Vstupy:14,- €
- Muzeum lyžování - Tatr. Lomnica 3,- €
- Horská turistika (odvoz k nástupnímu chodníku + průvodce + pojištění) 3,- €
- Masáže v hotelovém Relaxcentru (dle výběru na objednání v recepci) od 10,- €
- **TATRY CARD\* – slevová karta** (m.j. pojištění i železnice v Tatrách ZDARMA) **4,- €**
- Lanovka Tatranská Lomnica - Skalnaté pleso a zpět 22,- €
- Lanovka Skalnaté pleso - Lomnický štít a zpět 27,- €
- Sedačka Skalnaté pleso - Lomnické sedlo a zpět 9,- € (7,- € senior)
- Muzeum TANAPu - Tatranská Lomnica 2,50 € (1,50 € nad 60 let)
- Botanická zahrada - Tatranská Lomnica 2,- € (1,50 € nad 60 let)
- Tricklandia – galerie optických iluzí – St. Smokovec 9,- € (dítě 4-15 let 6,-€) - s Tatty Card sleva 20%
- Vstup do URANIA – krytý bazén + wellness v hotelu Urán od 8,- € / 2 hod (nad 55 let sleva 15%) – s kartičkou hotelu Morava
- Vstup do Aquaparku AQUA RELAX v hotelu Titris od 6,- € / 1 hod (nad 55 let sleva 15%)



**Doporučená výměna na pobyt (kapesné) cca 230,- € až 250,- € / os**

Na hotelu možnost zakoupení speciality: „**Tatranský čaj**“ a čerstvé **ovčí sýry** (výdej před odjezdem)