WELLNESS ПУТЕШЕСТВИЕ С САРОЙ ХОУИ (SARA HOEY)

Увлекательное четырехдневное путешествие, в течение которого вы пройдете курс фитнеса и йоги вместе с экспертом well-being - Сарой Хоуи в отеле Pullman Сочи Центр. Специально разработанная активная программа, сбалансированное питание и индивидуальный подход от гуру здорового образа жизни помогут сделать настоящую перезагрузку. Мы также оставили время для индивидуальных сессий участников, на которых Сара сможет детально ответить на все вопросы.

САРА ХОУИ - ПОСОЛ PULLMAN В ОБЛАСТИ ЗДОРОВЬЯ

Сара Хоуи - персональный тренер, фитнес-модель и сертифицированный диетолог из Калифорнии. Сара - амбассадор программы Pullman Wellness и рассказывает о своем уникальном опыте по всем миру. Сара впервые в России и готова поделиться лучшими мировыми практиками с гостями отеля Pullman Сочи Центр с 26го июня по 30е июня.

ФИЛОСОФИЯ PULLMAN

Мы уверены, что здоровье должно быть доступно каждому. Основываясь на четырех универсальных принципах: крепкий сон, здоровая еда, спорт и спа, бренд Pullman и Сара Хоуи разработали комплексную оздоровительную программу для фитнеса и отдыха, охватывающее четыре области: баланс, энергия, детокс и борьба со старением.

ЛУЧШИЙ ВЫБОР

Комплексная программа и опыт персонального тренера, фитнес-модели и сертифицированного диетолога - Сары Хоуи.

Сбалансированное питание, разработанное для интенсивных тренировок и активного восстановления.

Отель Pullman Сочи Центр, заботливый персонал и сервис 5*.

pullman
HOTELS AND RESORTS

ПРОГРАММА

26 ИЮНЯ 2019 Г.

18:00 - Приветственный коктейль и знакомство с Сарой Хоуи

27 ИЮНЯ 2019 Г.

08:00 - Утреннее занятие «Power Fit Waff»
09:00 - Детокс завтрак
10:00 - Stand up Paddle Yoga в открытом бассейне
12:00 - Сбалансированный обед в «Bliss Pool & Bar»
14:00 - Индивидуальное занятие с Sarah (необходима предварительная регистрация)
17:00 - Посещение СПА
19:00 - Тематический ужин на Terrace By Pullman

28 ИЮНЯ 2019 Г.

06:00 - Утреннее занятие «Yoga Flow»
08:00 - Детокс завтрак
10:00 - Вейкборд сессия или морская прогулка
12:00 - Сбалансированный обед
14:00 - Индивидуальное занятие с Sarah (необходима предварительная регистрация)
17:00 - Посещение СПА
19:00 - Ужин

29 ИЮНЯ 2019 Г.

08:00 - Детокс завтрак
09:00 - Super SUP сессия
11:00 - Растяжка на пляже
13:00 - Сбалансированный обед
14:00 - Индивидуальное занятие с Sarah (необходима предварительная регистрация)
17:00 - Кулинарный мастер-класс с шеф-поваром

30 ИЮНЯ 2019 Г.

08:00 - Детокс завтрак
09:00 - Трансфер на курорт Роза Хутор
10:30 - Интенсивный поход на горную вершину
13:00 - Пикник в горах
16:00 - Трансфер в отель Pullman
18:00 - Финальный коктейль, составление индивидуальных целей

СТОИМОСТЬ:

- Программа с проживанием в номере с видом на море (категории Deluxe) - 65 000 руб. с человека.
- Доплата за второго гостя в номере - 35 000 руб.

- Участие в программе без проживания в отеле - 35 000 руб. с человека.

PULLMAN СОЧИ ЦЕНТР
Сочи, ул. Орджоникидзе, 11А
Т. +7 (862) 262 97 33
H8591-RE2@accor.com

pullman-sochi-centre.ru