



Wellness Retreat

חווייה של החיים הטובים בדורים איילנד

2-4.10.23 | ימים ב'-ד' | סוכות

מוזמנים לבלות את חג הסוכות בחוויה מרוממת ומעצימה עם שלל סדנאות וחוויות מרתקות מתחום הספורט, בריאות, לייף סטייל והעצמה אישית. בהשתתפות אירה דולפין – כוהנת הבריאות והספורט

4.10 - יום ד'

12:00

סדנת וואטסו

סדנה זוגית במים בשילוב תנועה מעגלית התורמת לחיבור זוגי ופנימי מיקום: בריכת הוואטסו, סמוך לספא

13:00

סדנת אמבטיית קרח

טבילה במי קרח בשילוב נשימות ומדיטציה מודרכת מיקום: מתחם האגם

* בהרשמה מראש - מספר המקומות מוגבל

14:00

סדנא על זוגיות ושמחת חיים

סדנה המשלבת תכנים מעולמות הזוגיות והתקשורת מיקום: חדר יין

17:00

חמש שפות לאהבה

סדנא למציאת שפת האהבה האישית המשפיעה על תקשורת זוגית טובה ועוצמתית מיקום: חדר יין

20:30

מופע ערב מוזיקלי

מיקום: מסעדת השף ערמונים

*המופע במסעדה פתוח לאורחים שהזמינו ארוחת ערב בערמונים

*ייתכנו שינויים בתכנים ובסדנאות

3.10 - יום ג'

11:00

הרצאה של אירה דולפין

בנושא אורח חיים מותאם סגנון חיים מיקום: מתחם אופל, בצמוד למסעדת ערמונים * בהרשמה מראש - מספר המקומות מוגבל

12:00

סדנת יוגה

מיקום: בריכת הוואטסו, סמוך לספא

13:00

סדנת אמבטיית קרח

טבילה במי קרח בשילוב נשימות ומדיטציה מודרכת מיקום: מתחם האגם * בהרשמה מראש - מספר המקומות מוגבל

14:00

סדנא על זוגיות ושמחת חיים

סדנה המשלבת תכנים מעולמות הזוגיות והתקשורת מיקום: חדר יין

18:00

חמש שפות לאהבה

סדנא למציאת שפת האהבה האישית המשפיעה על תקשורת זוגית טובה ועוצמתית מיקום: חדר יין

20:30

מופע ערב מוזיקלי

מיקום: מסעדת השף ערמונים

*המופע במסעדה פתוח לאורחים שהזמינו ארוחת ערב בערמונים

2.10 - יום ב'

11:00

סדנת טקס קקא

טקס קקא וכתביה אינטואיטיבית בשילוב תנועה ומוזיקה מיקום: מתחם אופל, בצמוד למסעדת ערמונים * בהרשמה מראש - מספר המקומות מוגבל

12:00

יוגה לאטים

מיקום: בריכת הוואטסו, סמוך לספא

13:00

סדנא על זוגיות ושמחת חיים

סדנה המשלבת תכנים מעולמות הזוגיות והתקשורת מיקום: חדר יין

14:00

סדנת וואטסו

סדנה זוגית במים בשילוב תנועה מעגלית התורמת לחיבור זוגי ופנימי מיקום: בריכת הוואטסו, סמוך לספא

18:00

אימון שקיעה עם אירה דולפין

לחיטוב ועיצוב הגוף מיקום: סביב האגם * בהרשמה מראש - מספר המקומות מוגבל

20:30

מופע קאברים

מיקום: מסעדת השף ערמונים

*המופע במסעדה פתוח לאורחים שהזמינו ארוחת ערב בערמונים