



HUNGUEST HOTEL
HELIOS

HÉVÍZ
★★★★



HUNGUEST HOTEL
PANORÁMA

HÉVÍZ
★★★

HUNGUEST HOTELS
HÉVÍZ

PROGRAMAJÁNLÓ ■ 2012/I.

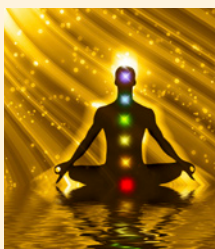




A Hunguest Hotels hévízi szállodáiban folyamatosan törekszünk arra, hogy vendégeink üdülésük alkalmával mindig kapjanak valami újat, legyen kínálatunkban valami változatos, egyedi. Természetesen tesszük mindezt úgy, hogy mellette közkedvelt szolgáltatásaink, ajánlataink a továbbra is rendelkezésre állnak. Az alábbi összeállításban szeretnénk bemutatni Önöknek új és megújult lehetőségeinket.

Gyógyuljon, előzze meg a mozgásszervi betegségek kialakulását OEP finanszírozással!

A Hunguest Hotel Heliosban és Hunguest Hotel Panorámában is igényelhető gyógykúra, melyhez a Panoráma esetében háziorvosi javaslat, a Helios esetében egyszerűen TB kártya elegendő. A kezelések már 450 Ft/alkalom ártól állnak rendelkezésre.



ALTERNATÍV TERÁPIÁK

A Hunguest Hotel Helios ajánlatai között már egy ideje megtalálhatóak holisztikus, selfness programok, melyek eddig konkrét időpontokban **Selfness (önimereti) napok** keretében voltak csak elérhetőek. Természetesen a jövőben is e 4 napos lelki munkát, önvizsgálatot, önmegerősítést szervezeten, szakképzett terapeutáink segítségével kívánjuk folytatni. Emellett Német Szamosi Csaba - természetes gyógymódok tanácsadója - és Lévai Borbála spirituális tanácsadó segítségével napi szinten, egyénre szabottan elérhetővé váltak a testi, lelki és szellemi jólétünk kialakításához szükséges kezelések, terápiák. Bárki felkeresheti üdülése során terapeutáinkat; legyen szó energiatöltésről, csakratisztításról, *gongfűrőről* vagy mélyebb lelki munkáról, mint *Hellinger terápia*, *Bach-Deva virágterápia*, *Trigger (feszültségpont) masszáz*s vagy *life-coaching*.

Holisztikus léböjt kúráink egyre népszerűbbek. Paucska Livia természetgyógyász, életmód- és fitoterapeuta, vendégeink testi-lelki-szellemi méregtelenítését segíti, teljes odafigyelés mellett, számos program kíséretével.

ÚJDONSÁGKÉNT KÖSZÖNTHETJÜK A HUNGUEST HOTEL HELIOSBAN A KÖVETKEZŐ TERÁPIÁS MÓDSZEREKET:

■ **BTL nyirokmasszázs gép**

E speciális eljárás a nyirokrendszeren keresztül javítja az izmok, ízületek, a belső szervek vérellátását, méregtelenítését. Helyreállítja a nyirokkeringést. Hatékonyan alkalmazható méregtelenítésre, alvászavarok esetén, narancsbőr-cellulitisz ellen, csökkenthető vele az idegesség, migrénes fejfájás, javul a koncentráció képesség. A kezeléssel erősíthető az immunrendszer, megszüntethetőek a keringési zavarok.



■ **AtlasPROfilax® - A gerinc megmentője**

A hévízi terápia köztudottan híres a mozgásszervi betegségek gyógyításában. Ezt kiegészítendő, illetve számos egyéb betegség tüneteit, a betegség visszafordítását támogató terápiai módszer érhető el a Hunguest Hotel Heliosban. Többek között ilyen a svájci René-Claudius Schümperli által kifejlesztett terápiai módszer, az ATLAS terápia.

Az Atlas, az első nyaki csigolya, mely a fejet tartja, de ha nincs a helyén, a gerincvelőre, különböző idegekre és idegpályákra, erekre és nyirokerekre állandó nyomást gyakorol. Ez a nyomás pedig komoly testi és pszichés panaszokat, zavarokat, betegségeket okozhat. Tapasztalatok szerint az Atlas az emberek 98%-ánál elmozdult állapotban van.

Az AtlasPROfilax® módszer az első nyakcsigolya helyresegítése egyetlen vibrációs masszázssal segítségével. Hatására aktiválódik a szervezet öngyógyító képessége. Az Atlas helyreállításával segítünk az embereknek, hogy csökkenjenek vagy megszűnjenek a fejfájásaik, gerinc-, térd-, nyakfájdalmaik, de még számos más panaszuk is. Jelentős eredmények érhetőek el az epilepsziától szenvedő személyekkel is, úgy, hogy csökken a roham előfordulásának gyakorisága vagy intenzitása. A megelőzés fontossága miatt akár már kisgyermekeknél is alkalmazható.

■ **Sonoterápia**

A SONOTERÁPIA egy klinikailag igazolt hatékony, fájdalommentes gyógymód az artériákban kialakult szűkület vagy elzáródás kezelésére alacsony frekvenciájú hanghullámokkal. Hatására kitisztulnak, rugalmassá válnak az érfalak, az elnehezedett, fájt láb normálissá válik. Segít a súlyosabb diabeteses fekélyek gyógyulásában, ezáltal elkerülhető az amputáció. Megelőzhető a szélütés, szívinfarktus kockázata, valamint javul a közérzet, az életkedv, az általános állapot.

■ **Halfürdő**

Halpedikúr szalonunk mellett megnyílt halfürdők is, ahol 300 doktorhal segítségével újul meg bőrünk vagy bőrbetegségek esetén (*ekcéma, neurodermatitis, akné, psoriasis*) érhetünk el tünetmentességet.



A nagy sikerre való tekintettel januártól folytatódik „**Sztárok Hévizen**” program-sorozatunk, ahol sztárvendégek szórakoztatják a kedves vendégeinket.

Hévíz városa is tartogat számos tartalmas programot 2012. I. negyedévében, melynek keretén belül híres magyar előadók látogatnak a városba. Az

aktuális városi programokról weboldalunkon minden esetben tájékozódhat.

A „**Íz! Lelj! Hunguest Hotels Gasztrofesztivál**” 2012. januártól új programokkal várja vendégeit. A kulináris élvezetek mellett változatos programok, koncertek színesítik a nálunk töltött napokat.

■ **2012.01.06 - 08.**

Íz! Lelj! Hunguest Hotels Gasztrofesztivál:

NEMZETEK KONYHÁJA

a Hunguest Hotel Heliosban

2012.01.06. **BEREGSZÁSZI OLGA** zenés előadói estje

2012.01.07. **DIVATSHOW** Hampel Katalinnal

Sztárvendég: **SASVÁRI SÁNDOR** színművész

ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas
NEMZETEK KONYHÁJA (2 éj)	25.800	23.800
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	10.900	9.900

■ **2012.01.20 - 22.**

Íz! Lelj! Hunguest Hotels Gasztrofesztivál:

ZALAI TOROS BOROS HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Panorámában

Fellép a Jó Laci betyár, Matyi és a Hegedűs

ÁRAK (Ft / fő)	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas
ZALAI TOROS BOROS HÉTVÉGE (2 éj)	21.200	19.000
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	8.900	7.900

■ **2012.01.27 - 29.**

Sztárok Hévízen:

FARSANGI HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Heliosban

Sztárvendég: **4 FOR DANCE**

ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas
FARSANGI HÉTVÉGE (2 éj)	25.800	23.800
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	10.900	9.900

■ **2012.02.10 - 12.**

Sztárok Hévízen:

VALENTIN HÉTVÉGE

valentin napi bállal a Hunguest Hotels hévízi szállodáiban

Sztárvendég (Hunguest Hotel Helios): **HOMONNAY ZSOLT & POLYÁK LILLA**

ÁRAK (Ft / fő)	Hunguest Hotel HELIOS		Hunguest Hotel PANORÁMA	
	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas
VALENTIN HÉTVÉGE (2 éj)	32.900	29.900	27.700	23.900
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	12.900	11.900	9.900	8.900
BÓNUSZ	1x frissítő masszáz (20')		1x masszáz (20') + 1x infrasauna használat (30')	

■ **2012.02.17 - 19.**

Sztárok Hévízen:

SZINGLI VALENTIN HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Heliosban

2012.02.17. ■ Játékos ismerkedési est

2012.02.18. ■ Párszerzési praktikák, önismeret ■ "Úgy táncolnék VELED"

Sztárvendég: **IRIGY HÓNALJMIRIGY**

ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas
SZINGLI VALENTIN HÉTVÉGE (2 éj)	31.900	29.900
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	10.900	9.900

■ 2012.02.24 - 26.

Sztárok Hévízen:

JÉGBONTÓ HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Panorámában

Sztárvendég: **SZABÓ ÁDÁM** (CSILLAG SZÜLETIK)
harmonika virtuóz

ÁRAK (Ft / fő)	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas
JÉGBONTÓ HÉTVÉGE (2 éj)	23.600	20.400
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	9.800	8.500

■ 2012.03.14 - 18.

TAVASZKÖSZÖNTŐ HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Panorámában

ÁRAK (Ft / fő)	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas	Egyágyas felár
TAVASZKÖSZÖNTŐ HÉTVÉGE (4 éj)	57.900	49.900	7.600
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	12.800	11.100	1.900
BÓNUSZ	1x masszáz (20') + 1x infrasauna használat (30')		

■ 2012.03.14 - 18.

Sztárok Hévízen:

Íz! Lelj! Hunguest Hotels Gasztrofesztivál:

TAVASZKÖSZÖNTŐ HÉTVÉGE

a Hunguest Hotel Heliosban

2012.03.16. ■ Népi hangszer bemutató ■ MAKÁM együttes koncertje ■ Ősmagyar ételek
■ Géczy Gábor, a magyar népi gyógyászat és természettudományok szakértőjének előadása
2012.03.17. ■ V. Selfness - önismereti - napok

ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	Egyágyas felár
TAVASZKÖSZÖNTŐ HÉTVÉGE (4 éj)	67.600	63.900	10.000
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	14.000	13.000	2.500
BÓNUSZ	1x frissítő masszáz (20')		

■ **2012.04.06 - 09.**

HÚSVÉTI HÉTVEGE

színes húsvéti programokkal és bállal a Hunguest Hotels hévizi szállodáiban

ÁRAK (Ft / fő)	Hunguest Hotel HELIOS		Hunguest Hotel PANORÁMA	
	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas
HÚSVÉTI HÉTVEGE (3 éj)	53.200	49.900	46.300	39.900
HOSSZABBÍTÁS (fő/éj)	14.800	13.800	12.900	11.600
Egyágyas felár (fő/éj)	2.500		1.900	
BÓNUSZ	1x frissítő masszázs (20')		1x masszázs (20') + 1x infrasauna használat (30')	

FESZTIVÁLHÉTVEGE AJÁNLATAINK ÁLLANDÓ TARTALMA:

Hunguest Hotel Panoráma:

- 2/3/4 éjszaka szállás bőséges svédasztalos büfé-félpanzióval, a Fesztiválnaptár szerinti színes programmal
- délben levesbüfé
- az éjszakák számával megegyező számú belépő a Szt. András gyógy- és élményfürdőbe vagy hévizi Tófürdőbe (3óra)
- széf- és fürdőköpeny-használat
- WIFI ingyenes használata
- ÁFA.

Hunguest Hotel Helios:

- 2/3/4 éjszaka szállás bőséges svédasztalos büfé-félpanzióval
- délben levesbüfé (glutén-, laktóz-, tejfehérje-, tojás-, élesztő- és szójaérzékenyeknek, diabéteszeseknek a félpanzió keretén belül speciális menüajánlatok valamint zsírszegény és diétás ételek)
- a Fesztiválnaptár szerinti színes program
- délelőtti teázás
- korlátlan fürdő- és wellness-részleg használat
- fitneszterem-használat
- naponta változatos sportprogramok edzővel
- ivókúra
- fürdőköpeny- és széfhasználat
- WIFI ingyenes használata
- ÁFA.

Program és árváltozás jogát fenntartjuk!

A fesztiválprogramok árai az IFA-t nem tartalmazzák.



■ ÉLETMÓD TÁBOR

6 nap a teljes életmódváltásra!

Ha úgy érezzük, hogy összecaptak fejjünk felett a hullámok, változtatni szeretnénk, de nem tudjuk, melyik irányba induljunk, akkor ebben a néhány napban hasznos tanácsokat, praktikus, gyakorlati útmutatást kaphatunk egy boldogabb, sikeres jövő kialakításához.

■ TERAPEUTÁK

- **Pauca Livia** - életmód terapeuta, természetgyógyász
- **Lévai Borbála** - természetgyógyász, spirituális tanácsadó

■ CSOMAG TARTALMA

- 6 éjszaka szállás svédasztalos büfé-félpanzióval
- délben levesbüfé
- délelőtti teázás, ivókúra
- korlátlan fürdő- és wellness-részleg használat
- fitness terem használat
- reggeli torna
- esténként élőzene a lobby bárban
- fürdőköpeny- és széfhasználat
- WIFI ingyenes használata

■ BÓNUSZ

- 1 frissítő aromaolajos masszázs (20')



ÁRAK (Ft / fő / 5 éj)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	EGYÁGYAS felár
■ 2012.05.21 - 27.	78.600	75.600	11.400
■ 2012.07.31 - 08.07.			
■ 2012.10.08 - 14.			

A táborok min. 8 fő részvevő esetén indulnak el.

Az árak az idegenforgalmi adót (IFA) nem tartalmazzák: 420 Ft / fő / éj.



PROGRAM

HÉTFŐ

19³⁰ Ismerkedési est: *éneket, zenét, lélektánc*

KEDD

07³⁰-08³⁰ Jóga

10⁰⁰-12⁰⁰ Mi a selfness-önismeret?

Öngyógyítás, házi praktikák az egészség megőrzésére.

14⁰⁰ Hangulatos séta

20⁰⁰ Öngyógyító meditáció

SZERDA

07³⁰-08³⁰ Gongfürdő

10⁰⁰-12⁰⁰ Az ivóvíz, a balneo- és a hidroterápia jelentősége az ember életében

14⁰⁰ Szabad program: fürdés / wellness

CSÜTÖRTÖK

07³⁰-08³⁰ Jóga

10⁰⁰-12⁰⁰ "A szem a lélek tükré" - írisz-tenyér-rajz-sors elemzés

14⁰⁰ Szabad program: fürdés / wellness

20⁰⁰ "Ki mit tud?" csapatépítő vetélkedő

PÉNTEK

07³⁰-08³⁰ Jóga

10⁰⁰-12⁰⁰ Az egészséges test megőrzésének titkai

16⁰⁰-18⁰⁰ Gyakorlati bemutatók: *gyertyázás, köpölyözés, fülakupunktúra, káros sugárzás és állapotfelmérés.*

Igénybevétel esetén időpont-egyeztetés szükséges.

20⁰⁰ Meditáció a szeretet jegyében

SZOMBAT

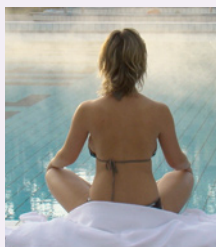
09⁰⁰ Egésznapos kirándulás Zalaszántón.

Európa legnagyobb Sztupájanak körbejárása meditációs gyakorlatokkal.

Séta az erdei ösvényeken a buddhista szentélyhez. Piknikezés.

20⁰⁰ Táborzárás: Sámándobos révülés





■ ÖNISMERETI NAPOK

Hányszor elgondolkodunk azon, hogy vajon jó irányba tart-e az életünk?

Hányszor gondolunk arra, hogy kellene egy kis feltöltődés, plusz energia a folytatáshoz?

Hogyan is oldhatnánk meg könnyedén problémáinkat, ápolhatnánk belső

egyensúlyunkat, előzhetnénk meg a betegségek kialakulását?

Ha arra gondolunk, milyen jó lenne magunk irányítani sorsunkat, sokszor megtorpanunk, hisz nem igazán tudjuk, hogyan is tegyük.

Pedig, ha sikerül megismerni Önmagunkat, nincs lehetetlen, boldog harmóniában élhetünk.

■ TERAPEUTÁK

- **Németh-Szamosi Csaba** - természetgyógyászati tanácsadó
- **Németh-Szamosi Nikolett** - jógaoktató
- **Lévai Borbála** - természetgyógyász, spirituális tanácsadó
- **Mosolygó Liám** - életmód terapeuta, természetgyógyász

■ CSOMAG TARTALMA

- 3 éjszaka szállás svédasztalos büfé-félpanzióval
- délben levesbüfé
- délelőtti teázás, ivókúra
- korlátlan fürdő- és wellness-részleg használat
- fitness terem használat
- esténként élőzene a lobby bárban
- fürdőköpeny- és széfhasználat
- WIFI ingyenes használata

■ BÓNUSZ

- 1 frissítő aromaolajos masszáz (20')

ÁRAK (Ft / fő / 3 éj)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	EGYÁGYAS felár
■ 2012.01.16 - 19.	44.700	41.700	-
■ 2012.04.23 - 26.	47.700	44.700	7.800
■ 2012.05.14 - 17.			
■ 2012.09.03 - 06.	55.500	52.500	
■ 2012.11.26 - 29.	44.700	41.700	-

A program min. 5 fő részvevő esetén indul el.

Az árak az idegenforgalmi adót (IFA) nem tartalmazzák: 420 Ft / fő / éj.

PROGRAM

1. NAP

- 14⁰⁰-15³⁰ Érkezés
16⁰⁰ Életmód-tanácsadás, öngyógyító praktikák
Én és a saját életem: *Milyen közel vagyok önmagamhoz?*
18⁰⁰ Vacsora
19³⁰ Információ a Hellinger-féle családállításról
20⁰⁰ Csoportos foglalkozás: *csakrafeltöltés, mozgásterápia a tánc segítségével*

2. NAP

- 08⁰⁰-09³⁰ Reggeli
10⁰⁰ Rezonanciás hangfürdő
12⁰⁰-13³⁰ Levesbüfé
14⁰⁰ Egyéni elemzések, személyiségelemzés, állapotfelmérés:
számmisztika, tenyér- és rajzelemzés, energiavonalak bemérése, egyéni foglalkozások - beszélgetések, életmód-tanácsadás
15⁰⁰ Ősi gyógy módok elsajátítása - házi praktikák, TÁDÉ fül- és testgyertya
17⁰⁰ *Ki vagyok Én, mire vagyok képes?*
18⁰⁰ Vacsora

3. NAP

- 08⁰⁰-10³⁰ Reggeli
09⁰⁰ Jóga
10⁰⁰ **Egyéni foglalkozások, beszélgetések, Bach virágterápia**
A Bach virágterápia mint az öngyógyítás nagyszerű módszere segít megtalálni a lelki harmóniát, a megnyugvást és a békét ebben a rohanó világban. A terápia egyszerű és mellékhatásoktól mentes, ezért a cseppek egyre több család házipatikájának állandó részét képezik.
13⁰⁰ Levesbüfé
14⁰⁰ **Hellinger családállítás**
A résztvevők egy kiválasztott alany segítségével betekintést nyernek a Hellinger-féle terápiába (a terápián lehetőségük nyílik kívülről rálátni önmagukra, a lélek mélyén zajló dinamikákra, kapcsolódásokra, melyek ezáltal láthatóvá, feloldhatóvá válnak. Így hozva gyógyulást, megoldást, változást, céljaink eléréséhez a megvalósítást).
18⁰⁰ Vacsora
19⁰⁰ **Derű Selfness az Öngyógyítás útja!**
Ujjak jógája - Mudrák: a testi-lelki öngyógyítás módszere
„Kezünkben az egészségünk!”
A mudrák, az életerővel való kommunikáció, az ujj reflexzónáin keresztül energetikai (meridiánok, nádik) szinten hatnak a testre. Amennyire mozgékonyak az ujjak, annyira rugalmas a test. A módszert az egész világon ősidők óta használják mint a hatékony öngyógyítás eszközt. A mudrák alkalmazásával változások indulnak el a testben és a lélekben az egészség felé. A mudrákkal pozitívan befolyásolhatóak a gondolatok, érzések, a testi és lelki egészség. Minden mudra hat a testre, a lélekre és a szellemre.

„Kezeid legyenek egészséged teremtői, nemes szellemed szolgálói és szerető szived követői.”
/Mosolygó Liám/

Örömtánc Selfness a testi-lelki életörömről

Igazi „csodaszer” az öröm, a derű a tudomány mai állása szerint is. A terápia irányt mutat, hogyan lehet mozgásba hozni az örömeremtő képességeket. Egy felfedező út Önmagunk megismerésére, elfogadására, szeretetére. Öngyógyító út, ahol a testi egészség az érzelmi és a tudati kiegyensúlyozottsággal párosul. Örömet, derűt, harmóniát és egészséget teremt.

4. NAP

- 09⁰⁰ Pilates, majd hazautazás



■ HOLISZTIKUS LÉBÖJTKÚRÁK

4 nap a tisztulásra, megújulásra, a lelki kiegyensúlyozottságra.

A tisztulási folyamat során elhagyjuk a szilárd ételeket, és kizárólag gyógyteákat, friss gyümölcsleveket, Pi-vizet fogyasztunk. A léböjt kúrával elérhetünk testsúly csökkenést, az erőnlét és a hangulat javulását, a teljesítőképesség fokozódását és az öregedési folyamat lassulását is.

■ TERAPEUTÁK

- **Pauca Livia** - életmód terapeuta, természetgyógyász

■ CSOMAG TARTALMA

- 3 éjszaka szállás
- a kúra ideje alatt korlátlan gyógytea és Pi-víz fogyasztás
- korlátlan fürdő- és wellness-részleg használat
- fitness terem használat
- fürdőköpeny- és széfhasználat
- WIFI ingyenes használata

■ BÓNUSZ

- Kezdőknek: 1 frissítő masszázs (20') vagy 1 peeling (15')
- Haladóknak: 1 wellness nyirokmasszázs (20')

	ÁRAK (Ft / fő / 3 éj)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	EGYÁGYAS felár
■	2012.01.12 - 15.	39.900	34.900	-
■	2012.02.09 - 12.	41.900	36.900	-
■	2012.03.08 - 11.	39.900	34.900	7.800
■	2012.04.26 - 29.	41.900	36.900	7.800
■	2012.05.10 - 13.			
■	2012.06.07 - 10.	46.900	41.900	7.800
■	2012.09.06 - 09.			
■	2012.10.04 - 07.	41.900	36.900	7.800
■	2012.11.29 - 12.02.	39.900	34.900	-
■	2012.12.13 - 16.			

A program min. 5 fő részvevő esetén indul el.

PROGRAM

1. NAP - csütörtök

- 15⁰⁰ Személyes beszélgetés, állapotfelmérés, böjti napló
- 15⁰⁰ Gyümölcslé
- 18⁰⁰ Vacsora
- 18³⁰ Csoportos beszélgetés, meditáció
- 20⁰⁰ Gyógytea

2 - 3. NAP - péntek / szombat

- 07³⁰ Reggeli torna
- 07⁵⁰ Citromos víz, gyógytea
- 08⁰⁰ Vízitorna
- 09⁰⁰ Jóga, meditáció
- 10⁰⁰ Tízórai - *frissen facsart gyümölcslé*
- 10³⁰ Csoportos foglalkozások
- 12⁰⁰ Ebéd - *zöldségleves*
- 12³⁰ Pihenő - *májpakolás*
- 14³⁰ Préselt gyümölcslé
- 15⁰⁰ Séta vagy Nordic Walking
- 16³⁰ Csoportos beszélgetés, gyógytea
- 17⁰⁰ Vacsora - *zöldséglé*
- 17³⁰ Szauna, 1 alkalommal masszázs vagy peeling vagy wellness nyirokmasszázs
- 20⁰⁰ Gyógytea, csoportos beszélgetés, meditáció

4. NAP - vasárnap

- 08⁰⁰ Reggeli torna
- 09⁰⁰ Jóga, meditáció
- 10⁰⁰ Tízórai - *frissen facsart gyümölcslé*
- 10³⁰ Egyéni értékelés
- 12⁰⁰ Ebéd - *Zöldségleves, alma* ■ a kúra lezárása
- 12³⁰ Böjti lezárása, csoportos értékelés

Haladóknak opcionálisan (tértítés ellenében): Bach-Deva virágterápia, kolonhydroterápia, Hellinger terápia

AZ EGÉSZSÉG ÉRTÉK



Ezúton tájékoztatjuk kedves vendégeinket, hogy mindkét szállodánkban lehetőség van TB által támogatott kúracsomag igénybevételére, legyen szó megelőző terápiáról, rekreációról vagy rehabilitációról.

27 féle (mozgásszervi: SPA, Parkinson kór, reuma; nőgyógyászati és dermatológiai: akné, dermatitis, psoriasis) betegségek esetén hatásosak a hévízi gyógyvízre és gyógyiszapra alapozott kezelések. További információkért, kérjük, keresse fel a www.terapia-heviz.hu oldalunkat.

A Hunguest Hotel **Heliosban***** a kezelések igénybevételéhez **TB kártya** és reumatológiai szakorvosi beutaló szükséges, melyet az Ön reumatológusa vagy ennek hiányában a szálloda alkalmazásában álló reumatológus szakorvosaink biztosítani tudnak, míg a Hunguest Hotel **Panorámában***** **háziiorvosi beutalóval** igényelhetőek a kúracsomagok.

■ PANORÁMA GYÓGYÜDÜLÉS

Érvényes: 2012.01.01 - 04.05.

(kivéve kiemelt és ünnepi időszakok ■ min. 7 éjszakától foglalható)

CSOMAG TARTALMA:

- 7 éjszaka szállás bőséges svédasztalos büfé-félpanzióval ■ délben levesbüfé ■ széf- és fürdőköpenyhasználat ■ WIFI ingyenes használata

TB-kártya és háziiorvosi javaslat ellenében a mindenkori jogszabályoknak megfelelő kedvezményes gyógy- és fürdőkúra igényelhető, melynek a díja közvetlenül a gyógyfürdővel rendezendő.



ÁRAK (Ft / fő)	SUPERIOR kétágyas	CLASSIC kétágyas
2012.01.01 - 03.14. (7 éj) 2012.03.19 - 04.05. (7 éj)	53.200	44.800
HOSSZABBÍTÁS (fő / 7 éj)	46.900	42.000
EGYÁGYAS FELÁR (fő / 7 éj)	12.600*	
APARTMAN FELÁR (éj / szoba)	21.000	

* 2012.01.01 - 02.29. között egyágyas felárat nem számítunk fel

■ HELIOS ÜDÜLÉS AZ EGÉSZSÉG JEGYÉBEN

Érvényes: 2012.01.04 - 04.05.

(kivéve kiemelt és ünnepi időszakok ■ min. 7 éjszakától foglalható)

CSOMAG TARTALMA:

■ 7 éjszaka szállás bőséges svédasztalos büfé-félpanziós ellátással ■ a szálloda wellness-részlegének korlátlan használata ■ fitnessz terem használat ■ naponta változatos sportprogramok edzővel, Nordic-, Power Walking túrák ■ délelőtti teázás, ivókúra ■ fürdőköpeny- és széfhasználat ■ WIFI ingyenes használata.



ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas
2012.01.01 - 03.14. (7 éj) 2012.03.19 - 04.05. (7 éj)	71.400	66.500
HOSSZABBÍTÁS (fő / 7 éj)	63.000	58.100
EGYÁGYAS FELÁR (fő / 7 éj)	16.800*	
APARTMAN FELÁR (éj / szoba)	42.000	

* 2012.01.01 - 02.29. között egyágyas felárat nem számítunk fel

Hunguest Hotel Heliosban OEP támogatással felírható kezelések:

iszappakolás, súlyfürdő, víz alatti sugármasszázs, gyögmasszázs, csoportos gyógytorna

(Lakó vendégek részére a kezelések ára: 450 Ft-tól / fő / kezelés)

Hunguest Hotel Heliosban elérhető további kezelések: BEMER, fluorpakolás, ultrahang, interferencia, vákuumos interferencia, galvánáram, szelektív ingeráram, négyrekeszes galvánfürdő, elektromos kádfürdő, mágnes-kezelés, iontoforézis, diadynamika, sollux lámpa, biopton lámpa, krioterápia, inhaláció, TENS, deciméter hullám, hydroxeur, egyéni gyógytorna.

Az árak az idegenforgalmi adót (IFA) nem tartalmazzák: 420 Ft / fő / éj.

www.terapia-heviz.com

Új honlapunkon a hévízi terápia lényegét foglaltuk össze, alapul véve a betegségek hatékony gyógyítását új weboldalunkon: www.terapia-heviz.com. Az oldalon amellet, hogy 27 féle betegség (mozgásszervi megbetegedésektől a nőgyógyászati-, bőrbetegségekig) hatásos terápiájáról írunk, lehetőséget biztosítunk szakorvosainkkal történő kommunikációra. Interaktív „orvos válaszol” szolgáltatásunk keretén belül Ön bármikor kérdezhet orvosainktól.



■ GONDTALAN ÜDÜLÉS TÁPLÁLÉKALLERGIÁSOKNAK

Manapság a táplálékallergiások helyzete nem egyszerű, sok esetben az üdülésről is le kell mondaniuk, hiszen a szigorú diétát nem lehet egyik napról a másikra elhanyagolni, az egészségük a tét.

A Hunguest Hotel Helios**** - a magyar szállodapiacra egyedülálló módon - a félpanzió keretén belül speciális étrendet biztosít **lisztérzékenyeknek, diabéteszeseknek, valamint laktóz-, tejfehérje-, natív cukor-, tojás-, szója- és élesztőmentes**, zsír- és fehérjeszegény ételeket is kínál.



A szálloda munkatársai kidolgozták a hagyományos mellett egy olyan, az alapétkezésekbe beillesztett, piktogramokkal jelölt menükínálatot, melynek köszönhetően valóban a pihenésre, kikapcsolódásra koncentrálhatnak táplálékallergiás vendégeink is, diétás programjukat nálunk gond nélkül folytathatják.

Étlapunk minden nap tartalmaz olyan menüsört, amely a táplálékallergiában szenvedőknek is lehetőséget biztosít az étkezések alkalmával a megfelelő étel fogyasztására.

A szálloda cukrászatán saját készítésű gluténmentes kenyerek, reggeli pékáruk és fantasztikus minőségű sütemények gazdagítják a kínálatot.

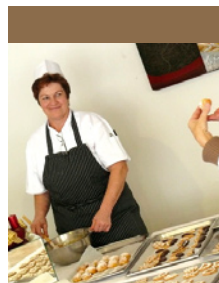


Amagysikerre való tekintettel 2012-ben is megrendezzük a Mester családdal, Glutenix-szel, DiétABC-vel és Barbarával közösen **Gluténmentes főzőtanfolyam**ainkat, melyre sok szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt!

■ GLUTÉNMENTES FŐZŐTANFOLYAM

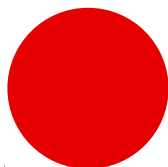
IDŐPONTOK:

- **2012.02.03 - 05. Farsangi ételek**
- **2012.03.23 - 25. Készülünk a Húsvétra!**
- **2012.06.22 - 24. Könnyed nyári ételek**
- **2012.08.24 - 26. Készülünk az iskolára!**
- **2012.12.07 - 09. Karácsonyi sütemények**



CSOMAG TARTALMA:

- 2 éjszaka szállás bőséges svédasztalos büfé-félpanziós ellátással (glutén-, laktóz-, tejfehérje-, tojás-, élesztő- és szójaérzékenyeknek, diabéteszeseknek a félpanzió keretén belül speciális menüajánlatok, valamint zsír- és fehérjeszegény és diétás ételek)
- a szálloda wellness-részlegének (fedett termálfürdő, élménymedence, szauna, infrasauna, gőzkabin, pezsgőfürdő, kora tavasztól késő őszig úszó- és gyerekmédence a parkban) és fitnesztermének korlátlan használata
- naponta változatos sportprogramok edzővel, Nordic-, Power-Walking túrák
- esténként élőzene a Lobby bárban
- fürdőköpeny- és széfhasználat
- a programokon való részvétel és receptfüzet
- gluténmentes koktél
- WIFI ingyenes használata
- ÁFA



ÁRAK (Ft / fő)	ANNA ÉP. kétágyas	BENJAMIN ÉP. kétágyas	Egyágyas felár
■ FARSANGI ÉTELEK (2 éj) 2012.02.03 - 05.	25.200	22.900	-
■ KÉSZÜLJÜNK A HÚSVÉTRA! (2 éj) 2012.03.23 - 25.	26.200	23.900	5.000
■ KÖNNYED NYÁRI ÉTELEK (2 éj) 2012.06.22 - 24.	27.400	25.400	5.000
■ KÉSZÜLJÜNK AZ ISKOLÁRA! (2 éj) 2012.08.24 - 26.			
■ KARÁCSONYI SÜTEMÉNYEK (2 éj) 2012.12.07 - 09.	25.200	22.900	-

Az árak az idegenforgalmi adót (IFA) nem tartalmazzák: 420 Ft / fő / éj.

■ ELŐFOGLALÁSI AKCIÓ

Mindkét szállodánk, a Hunguest Hotel Helios és Hunguest Hotel Panoráma esetében is,

- amennyiben Ön minimum **60** nappal az érkezés előtt foglalja le és fizeti ki szállását, **10%** kedvezményt biztosítunk ajánlatainkból.
- amennyiben Ön minimum **30** nappal az érkezés előtt foglalja le és fizeti ki szállását, **5%**-kal kedvezőbb áron üdülhet.

■ ÜDÜLÉSI CSEKK

Mindkét szállodánk üdülési csekk elfogadóhely.

*Minden kedves vendégünk, aki foglaláskor jelzi, hogy üdülési csekkel kíván fizetni, és minimum 50.000 Ft értékben üdülési csekket vált be szállodáinkban, továbbá a **Hunguest Hotels Törzsvendég Program Jelentkezési Lapját** kitölti, egy névre szóló Hunguest Hotels Egyéni Törzskártyát kap ajándékba!*

■ AJÁNDÉKUTALVÁNY

Ajándékozzon szeretteinek ajándékutalványt, a részletekért érdeklődjön elérhetőségeinken!

■ EGÉSZSÉGPÉNZTÁRI TAGOKNAK

További információkért, kedvezményekért keresse kollégáinkat elérhetőségeinken ill. honlapunkon!

■ SZÉCHENYI PIHENŐKÁRTYA

Mindkét szállodánk OTP és MKB SZÉP kártya elfogadóhely.

■ INFORMÁCIÓ ÉS SZOBAFOGLALÁS

Rezerváció:	06 83 / 341 - 580
Hunguest Hotel Helios:	06 83 / 342 - 895 hotelhelios@hunguesthotels.com
Hunguest Hotel Panoráma:	06 83 / 341 - 074 hotelpanorama@hunguesthotels.com

Az ár- és programváltozás jogát fenntartjuk.

A nyomdai hibákért nem vállalunk felelősséget.

A kiadványunkban feltüntetett árak az idegenforgalmi adót (IFA) nem tartalmazzák! (420 Ft / fő / éj, 18 éves kor felett)