



Lunch Box

Jeśli ze względu na własne plany, nie możesz skorzystać z serwowanego posiłku, jest możliwość zamówienia na ten dzień suchego prowiantu (bezpłatnie). Można również zamówić dodatkowy prowiant (29 zł) np. na dzień wyjazdu. Prosimy o informację w Recepcji, dzień przed (do godz. 15⁰⁰).



Park Wodny ze Światem Saun

(budynek A)
8⁰⁰ - 22⁰⁰

Wstęp do Strefy Saun dostępny jest dla osób powyżej 18 roku życia.
Dzieci zapraszamy codziennie w godzinach 11:00 - 13:00.
W godzinach 8⁰⁰ - 9⁰⁰ oraz 21⁰⁰ - 22⁰⁰

Park Wodny czynny jest tylko dla osób powyżej 18 roku życia

W trakcie trwania rytuałów Strefa Saun jest wyłączona z użytku dla osób niebiorących w nich udziału.

Recepcja Parku Wodnego

(budynek A, parter)
9⁰⁰ - 21⁰⁰

- możliwość zapisów na zajęcia aktywności fizycznej.



Sand SPA

(budynek A, poziom -1)

Rezerwacje oraz wykonywanie zabiegów: 9⁰⁰ - 21⁰⁰

Tel: +48 58 777 45 51 wew. 4

Pełna oferta zabiegów oraz ich szczegółowy opis dostępne są w katalogu Menu Sand Spa w Recepcji głównej, Recepcji Sand Spa oraz na naszej stronie internetowej.



Siłownia

Sand SPA

(budynek A, poziom -1)

rezerwacje oraz wykonywanie zabiegów: 9⁰⁰ - 21⁰⁰

Tel: +48 58 777 45 51 wew. 4

Pełna oferta zabiegów oraz ich szczegółowy opis dostępne są w katalogu Menu Sand Spa w Recepcji głównej, Recepcji Sand Spa oraz na naszej stronie internetowej.



Primavera Market

(sklepik w budynku B)
9⁰⁰ - 18⁰⁰



Playland Strefa zabaw dla dzieci w wieku do 13 lat

(budynek A, parter)

9⁰⁰ - 21⁰⁰

Mini Przedszkole „Chatka Puchatka”

(budynek A, parter)

Poniedziałek - Sobota: 10⁰⁰ - 13³⁰ oraz 14⁰⁰ - 17⁰⁰ Niedziela: 9⁰⁰ - 13³⁰

Usługa płatna dodatkowo: 20 zł / dziecko / h

Kręgielnia Camera Bowling

(budynek A, piętro -1)

14⁰⁰ - 22⁰⁰ Poniedziałek - Czwartek

12⁰⁰ - 24⁰⁰ Piątek - Sobota

14⁰⁰ - 22⁰⁰ Niedziela

Strefa Animacji

(budynek B, I piętro)

Aktualny harmonogram warsztatów dla dzieci dostępny jest w Recepcji.

Strefa Gier

(budynek B, I piętro)

10⁰⁰ - 22⁰⁰

Primavera
~ JASTRĘBIA GÓRA ~
czuj się zaproszony



NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE ORAZ HARMONOGRAM POBYTU 7-12.04.2026



Doba hotelowa

Rozpoczyna się o 16:00, a jej zakończenie zależy od wybranego pakietu:

- Pobyt do śniadania - do 10:00
- Pobyt do obiadu - do 12:30, wymeldowanie z pokoju przed rozpoczęciem obiadu.



Połączenie z Internetem (WiFi)

Login: PrimaveraSPA

Hasło: Primavera



Godziny posiłków

Sala restauracyjna (Budynek A i B, parter)

Śniadanie 8⁰⁰ - 10⁰⁰

Obiad 12³⁰ - 14³⁰

Kolacja 18⁰⁰ - 20⁰⁰



Kawiarnia Latte

(budynek A, parter)

Piątek 14⁰⁰ - 22⁰⁰

Sobota 10⁰⁰ - 22⁰⁰

Lobby Bar Mokka

(budynek B, parter)

9⁰⁰ - 24⁰⁰

Dni tematyczne kuchni:

9.04 Dzień Kuchni Bliskiego Wschodu

10.04 Dzień Kuchni Street Food

11.04 Dzień Kuchni Francuskiej

12.04 Dzień Kuchni Amerykańskiej

PLAN POBYTU 7-12.04.2026

	WTOREK 7.04	ŚRODA 8.04	CZWARTEK 9.04	PIĄTEK 10.04	SOBOTA 11.04
7:30-8:15		Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Oddech na Plaży Zajęcia w terenie	Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Na szlaku Latarni Zajęcia w terenie	Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Energia Lasu Zajęcia w terenie	Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Poranny Kopniak Zajęcia w terenie
8:30-9:15	Aqua Legs Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Classic Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Soft Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Legs Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Power Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket
10:00-10:45		NOWOŚĆ Dieta Keto. Hit czy Kit? Wykład Dietetyka Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	10:00-11:00 Prima hartowanie (morsowanie) Zbiórka: Budynek A	Trening Obwodowy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body Shape Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
		Trening Obwodowy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Jak oddychać by być zdrowym? Tężnia Solankowa Sand Spa (poziom -1) 25 zł / Fit Ticket		
11:30-13:00		Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket
13:45-14:30	14:00-14:45 Zajęcia z gumami Mini-Band Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ „Gdzie moja samokontrola? o podejmowaniu świadomych decyzji mimo pokus” Wykład Psychologa Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Wykład autogeny Shultz Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	„Zachowaj młodość na dłużej” Wykład z Kosmetyczką Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ Trening z krzesłami Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
15:00-15:45	Stretching Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body Warm Up Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Zajęcia z gumami Mini-Band Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ Paski Mocy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	ABT- brzuch, uda i pośladki Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
17:30-18:15		Uwolnij swoje ciało od napięć. Trening automasażu powięziowego Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Stretching Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Zajęcia ze sztangami Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
18:45-19:30	19:30-20:30 Wiosenne gry i zabawy dla dorosłych Lobby Bar, Budynek B	Dance Fitness Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ Ziołowe remedia na problemy skórne Wykład Zielarza Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body&Mind Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
20:15			20:45-22:00 Orzeźwiający Rytuał Saunowania - z cytrusami, pićm pokrzywy, peelingiem solnym i miodem Park Wodny 45 zł	20:15-21:00 Zdrowy Kręgosłup Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	20:45-22:00 Orzeźwiający Rytuał Saunowania - z cytrusami, pićm pokrzywy, peelingiem solnym i miodem Park Wodny 45 zł

 Na zajęcia należy zapisywać się z wyprzedzeniem w Recepcji A lub Recepcji Parku Wodnego.

Fit Ticket - wewnętrzna waluta w Primavera Jastrzębia Góra za wybrane aktywności
(1 Fit Ticket = zajęcia o wartości 25 zł).

Daje Ci możliwość wyboru czasu i rodzaju zajęć - najlepiej dopasowanych do Twoich potrzeb, zabierz go na zapisy.

Zajęcia sportowe są przeznaczone wyłącznie dla osób pełnoletnich.

SZYBKA REZERWACJA! - Planujesz kolejny wypoczynek? Przy rezerwacji kolejnego pobytu w ciągu **3 dni** od wyjazdu, otrzymasz **10% dodatkowego rabatu**. Rabat łączy się z rabatem Stałego Gościa, dając łącznie **15% oszczędności**. Rabat nie łączy się z innymi rabatami i promocjami.



Zeskanuj mnie

@Primaveraspa.pl

Sprawdź nasze media społecznościowe

Zapraszamy do polubienia i
obserwowania naszych stron



Zeskanuj mnie

@PrimaveraSPA