



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

W godzinach 8⁰⁰ - 9⁰⁰ oraz 21⁰⁰ - 22⁰⁰ Park Wodny czynny jest tylko dla osób powyżej 18 roku życia.

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

(budynek A, poziom -1)

9⁰⁰ - 21⁰⁰

Istnieje możliwość umówienia spotkania z Instruktorem, który pokaże jak korzystać ze sprzętu lub jak wykonywać poprawnie ćwiczenia (bezpłatnie). Nie jest to trening personalny.

Zapisy odbywają się w Recepcji Sand Spa.



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 14³⁰ - 18⁰⁰

Niedziela: 10⁰⁰ - 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

Rezerwacja gry jest obowiązkowa oraz dodatkowo płatna.

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 8-15.02.2026



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



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)

Poniedziałek - Niedziela 12⁰⁰ - 22⁰⁰

Lobby Bar Mokka

(budynek B, parter)

9⁰⁰ - 24⁰⁰

Dni tematyczne kuchni:

8.02 Dzień Kuchni Polskiej

9.02 Dzień Kuchni Azjatyckiej

10.02 Dzień Kuchni Bawarskiej

11.02 Dzień Kuchni Amerykańskiej

12.02 Dzień Kuchni Bliskiego Wschodu

13.02 Dzień Kuchni Street Food

14.02 Dzień Kuchni Francuskiej

15.02 Dzień Kuchni Włoskiej

PLAN POBYTU 8-15.02.2026

	PONIEDZIAŁEK 9.02	WTOREK 10.02	ŚRODA 11.02	CZWARTEK 12.02	PIĄTEK 13.02	SOBOTA 14.02
7:30-8:15	Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Przyjemny Start Zajęcia w terenie	Poranny Rozruch Zbiórka: Recepcja A Lisi Jar Zajęcia w terenie	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 Classic Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Legs Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Arms Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Soft Mały basen Park Wodny, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Aqua Kickboxing 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	10:00-11:00 Prima hartowanie (morsowanie) Zbiórka: Budynek A	NOWOŚĆ Trening z krzesłami Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening Obwodowy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ „Przeciwzapalnie na co dzień - zdrowe przekąski w praktyce” Warsztat Dietetyka Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening Obwodowy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening Obwodowy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
	10:00-10:45 NOWOŚĆ „Dolegliwości żołądkowo-jelitowe -jak sobie pomóc ?” Wykład Dietetyka Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket				11:00-12:00 Water Polo dla dorosłych młodzieży 10+ Park Wodny, Budynek A	11:30-13:00 Gry i zabawy dla dorosłych zgaduj-zgadule, szybką piątką oraz inne zabawy i challenge Lobby Bar, Budynek B
	11:30-13:00 Turniej w tenisa stołowego Salon Gier, Budynek B			Mocne Plecy Sala Fitness Budynek A 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	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket
13:45-14:30	Uwolnij swoje ciało od napięć. Trening automasażu powięziowego Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	„Zachowaj młodość na dłużej” Wykład z Kosmetyczką Sala C, 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	Fit Ball Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Jak się pozbyć cellulitu? - Redukcja pomarańczowej skóry” Wykład z Kosmetyczką Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body Art Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
14:00		14:00-15:00 Turniej w kręgle dla dorosłych Camera Bowling, Bud. A	14:00-15:00 Turniej w piłkarzyki dla dorosłych Camera Bowling, Bud. A		14:30-15:30 Stolikowy quiz wiedzy Lobby Bar, Budynek B	
15:00-15:45	Mocne plecy Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ Paski mocy Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Dance Fitness Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Pilates Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Easy Ball Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Full Body Workout Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket
15:30	16:30-18:00 Beer Pong - turniej dla dorosłych Lobby Bar, Budynek B		Kapibarowe Bingo Lobby Bar, Budynek B 15:30-16:15 - dla Gości z 1, 2 i 3 piętro w Budynku B 16:30-17:15 - dla Gości z Budynku A i parter w Budynku B	16:30-18:00 Strefa Planszówek w tym m.in. Kapibary Herbaciary Lobby Bar, Budynek B		16:30-18:00 Zawyż jak mandragora - rodzinne Karaoke Lobby Bar, Budynek B
17:30-18:15	ABT - brzuch, uda i pośladki Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening Obwodowy Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Warsztat antystresowy Jacobsona Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Jak oddychać by być zdrowym? Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body Warm Up Sala Fitness, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
18:45-19:30	NOWOŚĆ Rozmiar w dół Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Zdrowy Kręgosłup Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Zajęcia z gumami Mini-Band Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ „Tajemnice olejków eterycznych” Wykład Zielarza Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body&Mind Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
20:00	20:00-22:00 Wieczór przy muzyce na żywo Lobby Bar, Budynek B		20:00-22:00 Wieczór przy muzyce na żywo Lobby Bar, Budynek B	20:00-21:00 Konkurs dla dorosłych Magiczne Elixiry - zostań czarodziejem Kapi-Baru i zrób własnego, efektowne przystrojonego drinka Lobby Bar, Budynek B	20:00-2:00 Dyskoteka Night Club, Budynek A	20:00-22:00 Wieczór przy muzyce na żywo Lobby Bar, Budynek B
20:15	20:15-21:00 Stretching Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket		20:15-21:00 Stretching Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	20:45-22:00 NOWOŚĆ Rytuał Saunowania na wzmocnienie odporności - z shotami zdrowia na odporność, zimową herbatą, pomarańczowy peeling solny oraz nacierania ciała 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.

SZYBKĄ REZERWACJĄ! - 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