



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

(budynek A, poziom -1)
9⁰⁰ - 21⁰⁰

Istnieje możliwość umówienia spotkania z Instrukctorem, 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

(sklepek 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

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 24-31.05.2026



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:

24.05 Dzień Kuchni Street Food
25.05 Dzień Kuchni Francuskiej
26.05 Dzień Kuchni Azjatyckiej
27.05 Dzień Kuchni Włoskiej
28.05 Dzień Kuchni Amerykańskiej
29.05 Dzień Kuchni Bawarskiej
30.05 Dzień Kuchni Bliskiego Wschodu
31.05 Dzień Kuchni Polskiej

HARMONOGRAM POBYTU 24-31.05.2026

	PONIEDZIAŁEK 25.05	WTOREK 26.05	ŚRODA 27.05	CZWARTEK 28.05	PIĄTEK 29.05	SOBOTA 30.05
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	NOWOŚĆ „Jak stres wpływa na nasze wybory żywieniowe?” Wykład 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	NOWOŚĆ „Przeciwwzpalnie 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
			10:00-11:00 Strzelanie z łuku dla dorosłych Wiata grillowa za budynkiem A			
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	11:00-12:00 Upoluj Drinka! Zabawa dla dorosłych, Lobby Bar, Budynek B	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket	Nordic Walking Zbiórka: Bud. A 25 zł / Fit Ticket
			11:30-12:30 Gra w bule dla dorosłych Boisko plażowe za budynkiem B			
13:45-14:30	Warsztat antystresowy Jacobsona Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening na poprawę mobilności Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ „Jak budować odporność psychiczną?” Wykład Psychologa Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	12:00-13:00 Tossit Challenge Turniej celnych rzutów dla dorosłych Lobby Bar, Budynek B	Zajęcia ze sztangami Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Fit Ball Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
	14:30-15:30 Cornhole dla dorosłych Gra zręcznościowa Lobby Bar, Budynek B			NOWOŚĆ Trening z krzesłami Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket		
15:00-15:45	Trening z ciężarem ciała Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	15:00-16:30 Cornhole dla dorosłych Gra zręcznościowa Lobby Bar, Hotel Astor	15:30-16:30 Beer Pong* Lobby Bar, Hotel Astor <small>LICZBA MIEJSC OGRANICZONA, ZAPISY W RECEPCJI</small>	14:30-16:00 Karaoke Lobby Bar, Hotel Astor	Pilates Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	ABT- brzuch, uda i pośladki Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket
	16:00-17:00 Tossit Challenge Turniej celnych rzutów dla dorosłych Lobby Bar, Hotel Astor	NOWOŚĆ Paski mocy Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Stretching Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Easy Ball Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket		
17:30-18:15	17:15-18:00 Papierowa Florystyka Warsztaty kreatywne dla dorosłych, Lobby Bar, Hotel Astor	17:00-18:00 Turniej w kręgle Kręgielnia, Budynek A <small>LICZBA MIEJSC OGRANICZONA, ZAPISY W RECEPCJI</small>	Uwolnij swoje ciało od napięć. Trening automasażu powięziowego Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Body Shape Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	17:00-18:00 Beer Pong* Lobby Bar, Budynek B <small>LICZBA MIEJSC OGRANICZONA, ZAPISY W RECEPCJI</small>	17:00-18:00 Cornhole dla dorosłych Gra zręcznościowa Lobby Bar, Budynek B
	NOWOŚĆ Rozmiar w dół Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Zdrowy Kręgosłup Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket			Easy Ball Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
18:45-19:30	Zajęcia z gumami Mini-Band Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Jak oddychać by być zdrowym? Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Dance Fitness „Neon Vibe” Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	NOWOŚĆ „Zapomniane i nieznane warzywa - super food z natury” Wykład Zielarza Sala C, Budynek A 25 zł / Fit Ticket	Trening autogeny Shultz Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	
19:30	19:30-20:30 Quiz muzyczny Lobby Bar, Budynek B		20:15-21:00 Body&Mind Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	20:45-22:00 Orzeźwiający Rytuał Saunowania - z cytrusami, pićmiem pokrzywy, peelingiem solnym i miodem Park Wodny 50 zł	19:30-21:30 Karaoke Lobby Bar, Budynek B	20:00-22:00 Wieczór przy muzyce na żywo Lobby Bar, Budynek B
	20:15-21:00 Stretching w ciemnościach Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket				Zdrowy Kręgosłup Sala Fitness Budynek A 25 zł / Fit Ticket	20:45-22:00 Orzeźwiający Rytuał Saunowania - z cytrusami, pićmiem pokrzywy, peelingiem solnym i miodem Park Wodny 50 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