

DRUSKININKAI / LITAUEN

D1: SPAPAKKE - fra **Kr. 9.890,- p.p.**

--- **NB! EKSAKT PRIS KUN PÅ FORESPØRSEL!** ---

Inkludert i pris er:

- Fly tur/retur Oslo Gardermoen/Vilnius
- All nødvendig transport
- **6 netter** i twinrom på Vilnius SPA Hotel 4****
- Terapeut konsultasjon
- Utvikling av en individuell behandling program
- 7 daglige valgfri spabehandlinger fra spa meny p.p. Vilnius SPA Hotel 4**** **Se listen nedenfor ▼**
- Ful pensjon (frokost, lunsj og middag) på Vilnius SPA Hotel 4****
- **1 netter** i twinrom inkl. frokost på Amberton Hotel Vilnius 4****
- 24t norsktalende telefonhjelp
- AnkomstsERVICE (forutsetter minimum 8 personer som reiser på samme dato)

Pris: fra **Kr. 9.890,- p.p.**

Enkeltromstillegg: 6n. **Kr. 1.790,- p.p.**

Enkeltromstillegg: 1n. **Kr. 290,- p.p.**

Om Druskininkai

Druskininkai er en liten by helt nede å grensen til Polen og Hviterussland, ca 130 km fra Vilnius og flyplassen. Druskininkai er historisk kjent for å være en sparesortby hvor folk kom under Sovjet tiden for å bli behandlet i de mange sanatorium som fantes før. Det er de mineralrike kildene i området som har gitt grobunn for denne spabyen og i dag er byen utviklet videre til å være en topp moderne by med sterkt fokus på helse og velvære (i tillegg til flere medisinske sentre). Druskininkai som spaby stammer tilbake helt til 1794 da det første "spa" ble til. I tillegg til de rike mineralkildene som brukes til bad så har også disse mineralene beriket jordsmonnet og en "gjørmebad" i Druskininkai er velkjent og å anbefale. Druskininkai sin

helberedende egenskaper er kjent og anerkjent av f.eks bladet Newsweek som tidligere har inkludert byen på sin topp-10 listen over de beste helseresorter i Europa.

Druskininkai er ikke byen man kommer til om shopping er viktig. Her er det rekreasjon, helse og velvære som står i fokus. I de senere år har en rekke tilbud tilkommet, spesielt i tilknytning til det store vannlandet som er i byen. Her finnes en rekke restauranter og badetilbud i tillegg til de mange helse og spahotell som finnes fra før.

Om SPA Vilnius 4****

I Druskininkai jobber vi sammen med et av de største og mest moderne spa og konferansehotellene, "Spa Vilnius". Dette er et flott spanlegg og spahotell i ordets rette forstand. En stor spaavdeling med alle mulige behandlingstilbud, stor basseng område, treningssenter med både saltrening og vekttraining, leger og fysioterapeuter, beautysenter, frisør, helsecafe, bowling hall og en bra restaurant med sunn mat. I tillegg har Spa Vilnius et stort konferanseanlegg for de som ønsker å kombinere arbeid og velvære. Hotellet leier også ut sykler for de som ønsker å sykle rundt i idylliske Druskininkai.

Det anbefales på det sterkeste å forhåndsbestille og bestemme de inkluderte behandlingene så raskt som mulig etter bestilling. Hotellet garanterer IKKE at alle får (ønskede) behandlinger "på stedet" som ikke er forhåndsbestilt - selv om det er inkludert 2 behandlinger per dag (per overnattingsdøgn).

La deg friste mer ved å se de flotte bildene på vår nettside: www.spatur.no

Mulige behandlinger etter terapeut konsultasjon (en fra hver liste hver dag):

List I:

massages 30min.: classic massage; relaxing back massage; head, neck and shoulder; hemolymphatic massage for arms; underwater massage 20min.; other treatments: seaweed bath and face mask 20min.; Alguomer detoxifying bath 20min.; intestine douche with purgative enema 30min.; Bio Detox Body Treatment 30min.; Manual therapy 30min.; Manual emotional correction 30min.; Traditional acupuncture 30min.; Acupuncture of Microsystems 30min.; Body constitution measurement; consultation of: gynaecologist; dermatologist; reflexotherapist; ear-nose-throat doctor; ear-nose-throat doctor consultation and audiogram; neurologist; gastroenterologist; psychiatric; phytotherapist.

List II:

deep relax and sleep room, recreation room with a view of the nature, relaxation tea (alter massage)

List III:

baths 15min.: carbonic acid; herbal bath 'Resistance'; herbal bath 'Strength'; aroma bath; mineral water bath; bath "Salty"; bath "Vilnius"; honey bath; mud bath 20min.; mud bath for hands and feet 20min.; vertical bath 30min.; seaweed bath 15min.; Other treatments: Music therapy 35min.; Individual kinesitherapy 30min.; Curative micro-enema; Gynaecologic irrigations (with mineral water); Paraffin application for limbs 15min. Tests: TOTAL TRUNK test

(evaluation of back and waist muscle conditions; 30min.); Spirometry (evaluation of the pulmonary aeration; 20min.); Electrocardiogram (ECG); Rectomanoscopy (RRS).

List IV:

Other treatments: Amber-aroma-music therapy 60min.; Inhalations with mineral water 10min.; Inhalations with mineral water and medicaments 10min.; Aerophyto-music therapy 45min.; Halo chamber 30min.; Physiotherapy: Short-wave therapy 5-10 min.; Ultrasonic Therapy 5min.; Lymphovision therapy 20min.; Paraffin application for hand or wrist 15min.; Biopton polarized light 10min.; Biopton polarized light with colour therapy 10min.; Magnetotherapy 20min.; Nordic Walking 60min.

List V:

Group kinesitherapy 30min.; Visits in a training hall 60min.; Herbal tea brewed with mineral water (at the SPA bar); Morning exercise 20min.

List VI:

visit to the swimming pool and sauna complex (90 min.): swimming pool with mineral water of average mineralization, Turkish bath, sauna, infrared sauna, reflectory feet therapy of bioactive points, circular shower, cold water pool, whirlpool bath

List VII:

a daily drink of natural, low mineralization mineral water 'Health-1' or average mineralization mineral water 'Health-3' at the SPA Vilnius SANA mineral water pump-room



Spatur.no - Spa travels Org.nr. 996 436 381
Kontakt oss: spa@spatur.no