

Przyjazd	Wyjazd
9:00	17:00

Plan tygodnia w GoldenHorse

GODZ.	PIERWSZY DZIEŃ	DRUGI DZIEŃ	TRZECI DZIEŃ	CZWARTY DZIEŃ	PIĄTY DZIEŃ	SZÓSTY DZIEŃ	SIÓDMY DZIEŃ
7:00		Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka	Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka	Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka	Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka	Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka	Nordic walking/ spacer/ Rozgrzewka
8:00		Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
9:30		Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż
11:00	Rozpoczęcie	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/
	Zapoznanie z uczestnikami prowadzącymi oraz zasadami						
13:00	Pierwsze zajęcia sportowe	Warsztaty/ sesja foto/ masaż	Warsztaty/ sesja foto/ masaż	Warsztaty/ sesja foto/ masaż	Warsztaty/ sesja foto/ masaż	Warsztaty/ sesja foto/ masaż	Warsztaty/ sesja foto/ masaż
14:00	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
15:30	Warsztaty	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż/jazda konna	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż/jazda konna	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż/jazda konna	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż/jazda konna	Warsztaty/ spotkania indywidualne/ masaż/jazda konna	Zakończenie turnusu

GODZ.	PIERWSZY DZIEŃ	DRUGI DZIEŃ	TRZECI DZIEŃ	CZWARTY DZIEŃ	PIĄTY DZIEŃ	SZÓSTY DZIEŃ	SIÓDMY DZIEŃ
17:00		Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	Zajęcia sportowe/ taneczne/	
18:30	Rowery/nordic walking/ inne zajęcia sportowe	Rowery/nordic walking/inne zajęcia sportowe	Rowery/nordic walking/inne zajęcia sportowe	Rowery/nordic walking/inne zajęcia sportowe	Rowery/nordic walking/inne zajęcia sportowe	Rowery/nordic walking/inne zajęcia sportowe	
20:00	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	
21:00	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	Warsztaty/ ognisko/ zajęcia integracyjne	
<p>1. Camp zaczyna się o godz 9:00 pierwszego dnia i kończy się o godz 17:00 siódmego dnia.</p> <p>2. Pomiędzy właściwymi posiłkami serwowane będą przekąski w postaci warzyw i owoców. Woda i zielona herbata bez ograniczeń w cenie campu.</p> <p>3. Plan zajęć jest orientacyjny i może ulec zmianie.</p> <p>4. Część zajęć odbywa się w grupach a część jest zajęciami indywidualnymi na wymianę z innymi uczestniczkami, wszystko zależne jest od profilu campu.</p> <p>5. Istnieje możliwość dokupienia jazd konnych, masaży i innych zajęć w promocyjnych cenach.</p> <p>6. Istnieje możliwość przyjazdu z własnym koniem - koszt 60 PLN/dzień</p> <p>7. Uczestniczki dostają swoje zdjęcia mailem.</p>							