

Harmonogram pobytu / imprez / wydarzeń

| Dzień pobytu | GODZINA | WYDARZENIE / IMPREZA | MIEJSCE |
|--------------|-------------|---|---|
| 1 | od 14.00 | Badanie lekarskie Dla uczestników turnusu rehabilitacyjnego i wczasów zdrowotnych | Pawilon „B” – parter Gabinety rehabilitacyjne |
| 2 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 16.00 | Spacer klimatyczny po Dziwnówku. Zapoznanie się z okolicą | Spotkanie na tarasie przed Kawiarnią Pawilon „C” |
| | 20.00-22.00 | Ognisko powitalne z pieczeniem kiełbasek przy zespole muzycznym | Krąg ogniskowy przy pawilonie „D” |
| 3 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 16.00 | Aerobik | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 20.00 | Prelekcja na temat zdrowego odżywiania się | Sala konferencyjna |
| 4 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 15.00 | Spacer z Kijkami Nordic Walking | Zbiórka - taras kawiarni, Pawilon „C” |
| | 17.00 | Zawody w Boule | Boisko do piłki nożnej |
| | 20.00-23.00 | Wieczorek Taneczny Goście z I zm. posiłków | Kawiarnia – Pawilon „C” |
| 5 | 10.00-17:30 | Wycieczka po wyspie Wolin | Odjazd spod pawilonu „C” |
| | 20.00-23.00 | Wieczorek Taneczny Goście z II zm. posiłków | Kawiarnia – Pawilon „C” |
| 6 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 17.00 | Spacer, Kijki Nordic Walking | Zbiórka - taras kawiarni, Pawilon „C” |
| | 20.00 | Wieczór poezji miłosnej | Kawiarnia - Pawilon „C” |
| 7 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 14.45 | Wyjście na basen do OW „Jantar” | Zbiórka - taras kawiarni przy pawilonie „C” |
| | 16.00 | Aerobik | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 20.00 | „Operetkowy żart” koncert | Kawiarnia - Pawilon „C” |
| 8 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” – Sala Ćwiczeń |
| | 16.00 | Spacer, Kijki Nordic Walking | Zbiórka - taras kawiarni przy pawilonie „C” |
| | 17.00 | Spotkanie z psychologiem | Sala konferencyjna |
| | 20.00-23.00 | Wieczorek taneczny | Kawiarnia - Pawilon „C” |

| | | | |
|-----------|-----------------------|---|---|
| 9 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 14.45-17.30 | Wycieczka do Kamienia Pomorskiego | Odjazd spod pawilonu „C” |
| | 20.00 | Aerobik | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 20.00 | Pogadanka na tematy zdrowotne | Sala konferencyjna |
| 10 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 16.00-17.30 | Balik dla dzieci z Neptunem | Boisko do siatkówki lub kawiarnia paw. „C” (zależy od pogody) |
| | 16.00 | Spacer, Kijki Nordic Walking | Zbiórka - taras kawiarni przy pawilonie „C” |
| | 20.00-23.00 | Wieczorek taneczny dla wszystkich gości | Kawiarnia - Pawilon „C” |
| 11 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 11.00-12.00 | „Malujemy wspomnienia” zajęcia plastyczne dla dzieci i młodzieży | Kawiarnia - pawilon „C” |
| | 15.30 | Zawody tenisa stołowego dla dzieci i młodzieży | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 16.15 | Zawody tenisa stołowego dla dorosłych | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 16.00 | Aerobik | Pawilon „D” - Sala konferencyjna, 1 piętro |
| | 20.00 | Mecz siatkówki dla wczasowiczów | Boisko do siatkówki obok pawilonu „B” |
| 12 | 10.00-17.30 | Wycieczka do Kołobrzegu + rejs statkiem po morzu | Odjazd spod pawilonu „C” |
| | 20.00 | Wieczór literacki „O życiu i szczęściu” | Kawiarnia - pawilon „C” |
| 13 | 7.30 | Gimnastyka poranna | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| | 16.00 | Spacer, Kijki Nordic Walking | Zbiórka - taras kawiarni przy pawilonie „C” |
| | 16.30 | Mecz piłki nożnej dla dzieci i młodzieży | Boisko do piłki nożnej obok pawilonu „C” i „D” |
| | 20.00-22.00 | Ognisko przy zespole muzycznym dla wszystkich gości | Krąg ogniskowy obok pawilonu „D” |
| 14 | 10.00 - 12.00 | Pokaz i prezentacja sprzętu rehabilitacyjnego. Bezpłatne zabiegi | Pawilon „C” - parter |
| | 16.00 | Aerobik | Pawilon „D” - Sala Ćwiczeń |
| 15 | Do godz. 10.00 | Wyjazdy - zakończenie turnusu | Do zobaczenia !!! |