



Strefa Basenowa: basen, sauna rodzinna, jacuzzi, brodzik dla dzieci

(poziom -2)

8⁰⁰ - 22⁰⁰

*8³⁰ - 9¹⁵ oraz 16¹⁵ - 17⁰⁰ - Zajęcia Aqua Fitness / Bike - od Poniedziałku do Soboty w trakcie trwania zajęć basen dostępny jest na wyłączność osób biorących udział w zajęciach.

*8⁰⁰ - 9⁰⁰ oraz 21⁰⁰ - 22⁰⁰ - Strefa Basenowa czynna jest wyłącznie dla osób powyżej 18 roku życia.

*Sauna rodzinna czynna w godzinach:

Poniedziałek -Niedziela 8⁰⁰ - 22⁰⁰

Strefa Saun 18+

Sauna Fińska, Sauna Parowa, Sauna Infrared, Ścieżka Kneippa

Poniedziałek - Piątek: 13⁰⁰ - 22⁰⁰ Sobota-Niedziela 8⁰⁰ - 22⁰⁰



Fitness i Siłownia

(poziom -2)

8⁰⁰ - 22⁰⁰

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 Gaja Spa.

Trening Personalny

(siłownia, poziom -2)

Usługa dodatkowo płatna: 160 zł / zajęcia. Zapisy w recepcji strefy Fun&Fitness.

Umów się na prywatną sesję z naszym trenerem i osiągnij swoje sportowe cele jeszcze szybciej.

Zajęcia fitness

Zajęcia grupowe o różnym charakterze i stopniu trudności, prowadzone przez naszych instruktorów, przeznaczone wyłącznie dla osób pełnoletnich. Sprawdź w harmonogramie, jakie zajęcia odbywają się w danym tygodniu i dołączcie do innych miłośników ruchu.

Usługa dodatkowo płatna: 25 zł / zajęcia (Aqua Bike 35 zł)

Liczba miejsc ograniczona. Na zajęcia obowiązują zapisy w Recepcji



Kręgielnia / Bowling

(poziom -2)

Poniedziałek - Czwartek: 10⁰⁰ - 22⁰⁰ Piątek i Sobota: 10⁰⁰ - 24⁰⁰ Niedziela: 10⁰⁰ - 22⁰⁰

Rezerwacja gry jest obowiązkowa, rezerwacje przyjmujemy codziennie do godziny 22⁰⁰.

SPA

(poziom -1, zjazd windą)

Rezerwacje oraz wykonywanie zabiegów: 9⁰⁰ - 21⁰⁰

Tel: +48 58 771 55 00

Pełna oferta zabiegów oraz ich szczegółowy opis dostępne są w Recepcji SPA oraz na naszej stronie internetowej.



Strefa Fun&Jungle

(parter)

Codziennie: 9⁰⁰ - 21⁰⁰

Salon gier: 9⁰⁰ - 22⁰⁰

Strefa zabaw dla całej rodziny: duży mały gaj dla starszaków, mały mały gaj (dzieci do 2 lat), kreatywna strefa z klockami, przestrzeń relaksu dla rodziców, salon gier, kawiarnia.

Strefa Animacji - Kids Zone

(parter)

6 godzin zajęć dziennie, 6 dni w tygodniu przez cały rok (od poniedziałku do soboty)

zgodnie z harmonogramem bieżącego tygodnia dostępnym w Recepcji.

Mini Przedszkole „Chatka Puchatka”

(Primavera - budynek A, parter)

Poniedziałek - Sobota: 10⁰⁰ - 13³⁰ oraz 14⁰⁰ - 17⁰⁰ Niedziela: 9⁰⁰ - 13³⁰

Usługa płatna dodatkowo dla Gości Hotelu Astor: 20 zł / dziecko / h

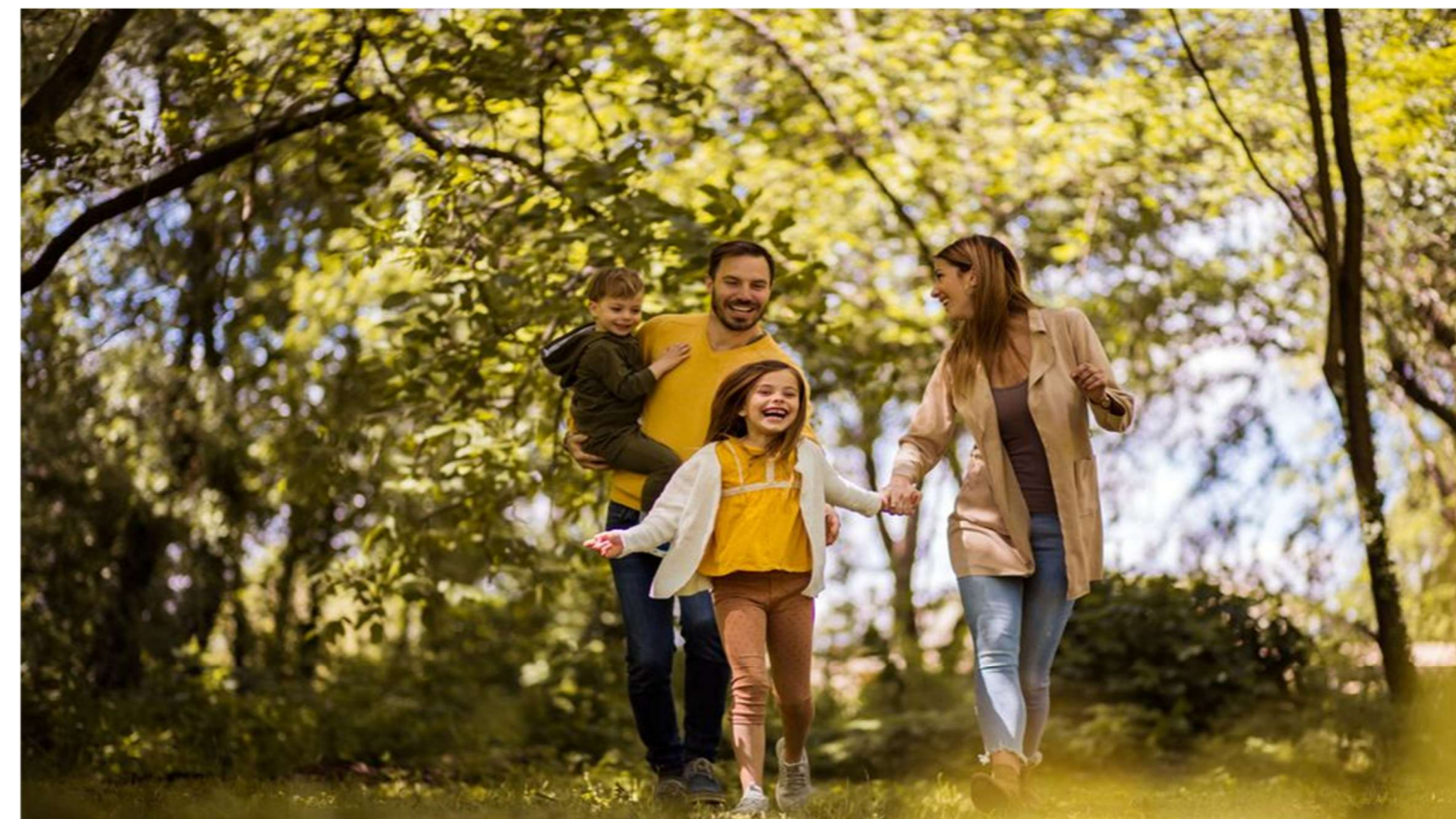
Primavera Market - Sklepik po sąsiedzku

(Primavera - sklepik w budynku B, parter)

9⁰⁰ - 18⁰⁰

ASTOR

by PRIMAVERA HOTELE



NAJWAŻNIEJSZE INFORMACJE ORAZ HARMONOGRAM POBYTU 7-12.04.2026



Doba hotelowa

16:00 – 11:00

O możliwość przedłużenia doby hotelowej (za dodatkową opłatą) zapytaj w Recepcji. Należy to zgłosić min. dobę przed wyjazdem.



Połączenie z Internetem (WiFi)

Na terenie całego obiektu udostępniamy sieć bezprzewodową - nazwa sieci: Astor
Pokoje na pierwszym oraz drugim piętrze: nazwa sieci: AstorHotel Hasło: AstorHotel



Godziny posiłków

Sala Restauracyjna

(parter)

Śniadanie 8⁰⁰ - 10³⁰

Kolacja 18⁰⁰ - 20⁰⁰



Lobby Bar

(parter)

9⁰⁰ - 23⁰⁰

Room Service

Codziennie: 13⁰⁰ - 21³⁰

Usługa dodatkowo płatna według cennika menu Restauracji Astoria (dostępne w pokoju)

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. 16⁰⁰)

HARMONOGRAM POBYTU W HOTELU ASTOR 7-12.04.2026

	WTOREK 7.04	ŚRODA 8.04	CZWARTEK 9.04	PIĄTEK 10.04	SOBOTA 11.04
7:30-8:00	Przywitanie Dnia Zbiórka: przed głównym wejściem do hotelu				
		Gwiazda Północy (las)	Przywitanie Morza (plaża)	Gwiazda Północy (las)	Przywitanie Morza (plaża)
8:30-9:15		Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike
	Zajęcia w Strefie Basenowej (basen, poziom -2) 35 Zł				
11:30-13:00	10:15-11:00 Trening Obwodowy Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET 	10:15-11:00 Zajęcia z gumami Mini-Band Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET 	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET
	12:15-13:00 Trening z ciężarem ciała Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 		Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET 		
13:45-14:30		Sesja oddechu Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	NOWOŚĆ „Jak stres wpływa na nasze wybory żywieniowe?” Warsztat Dietetyka Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Uwolnij swoje ciało od napięć. Trening automasażu powięziowego Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Trening na poprawę mobilności Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET
15:00-15:45		Joga Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	NOWOŚĆ Rozmiar w dół Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Easy Ball Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	NOWOŚĆ Trening z krzesłami Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET
16:15-17:00		Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness	
	Zajęcia w Strefie Basenowej (basen, poziom -2) 25 Zł / FIT TICKET				
18:45-19:30		NOWOŚĆ „Jak budować odporność psychiczną?” Wykład Psychologa Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 1h 	Full Body Workout Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	Mocne Plecy Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	
20:00		20:30-22:00 Rytuał Saunowy Strefa Saun 45 Zł 	20:15-21:00 Stretching Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 	20:30-22:00 Rytuał Saunowy Strefa Saun 45 Zł 	
22:00-6:00	Sen i Regeneracja „Pakiet dobrego snu”	Sen i Regeneracja „Pakiet dobrego snu”	Sen i Regeneracja „Pakiet dobrego snu”	Sen i Regeneracja „Pakiet dobrego snu”	Sen i Regeneracja „Pakiet dobrego snu”

Na zajęcia należy zapisywać się z wyprzedzeniem w Recepcji,
Zajęcia sportowe są przeznaczone wyłącznie dla osób pełnoletnich.

FIT TICKET - zaproszenie na wybrane zajęcia sportowe.

Fit Ticket daje Ci możliwość wyboru czasu i rodzaju zajęć - najlepiej dopasowanych do Twoich potrzeb, zabierz go na zapisy.
 (Fit Tickety wydajemy podczas meldunku dla odpowiedniego pakietu)

W ramach pakietu „Wiosenne przebudzenie nad morzem” możliwość skorzystania bezpłatnie z zajęć Jogi. Warunkiem skorzystania z zajęć jest pobyt od niedzieli do piątku.

Wymagane są wcześniejsze zapisy w Recepcji.

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

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.

Spij dobrze
relaksacje audio dla dzieci i dorosłych

Zeskanuj kod

Zeskanuj mnie

@Astorhotel_pl

Sprawdź nasze
media społecznościowe

Zapraszamy do polubienia i obserwowania naszych stron

Zeskanuj mnie

@HotelAstorJastrzebiaGora