



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 - Piątek: 13⁰⁰ - 22⁰⁰ Sobota-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 Instrukтором, 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 8-15.03.2026



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 8-15.03.2026

	PONIEDZIAŁEK 9.03	WTOREK 10.03	ŚRODA 11.03	CZWARTEK 12.03	PIĄTEK 13.03	SOBOTA 14.03
7:30-8:00	Przywitanie Dnia Zbiórka: przed głównym wejściem do hotelu					
	Gwiazda Północy (las)	Przywitanie Morza (plaża)	Gwiazda Północy (las)	Przywitanie Morza (plaża)	Gwiazda Północy (las)	Przywitanie Morza (plaża)
8:30-9:15	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike	Aqua Bike
	Zajęcia w Strefie Basenowej (basen, poziom -2) 35 Zł					
11:30-13:00	10:00-11:00 Prima hartowanie (morsowanie) Zbiórka: Primavera, Budynek A	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET
	Nordic Walking zbiórka przed hotelem 25 Zł / FIT TICKET					
13:45-14:30	NOWOŚĆ Dieta Keto -Hit czy Kit? Wykład Dietetyka Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Zajęcia z gumami Mini-Band Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Sesja oddechu Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	NOWOŚĆ „Energia w słoiku - przygotuj własną granolę” Warsztat Dietetyka Primavera Sala C, Budynek A 25 Zł / FIT TICKET	Zachowaj młodość na dłużej Wykład kosmetologa Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Full Body Workout Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET
15:00-15:45	NOWOŚĆ Rozmiar w dół Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Pilates Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Joga Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Full Body Workout Zajęcia Fitness Primavera Sala Fitness, 25 Zł / FIT TICKET	Trening Obwodowy 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	Aqua Fitness	Aqua Fitness	Aqua Fitness
	Zajęcia w Strefie Basenowej (basen, poziom -2) 25 Zł / FIT TICKET					
18:45-19:30	Zajęcia ze sztangami Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	NOWOŚĆ Siejemy ferment - fermentacja octowa, alkoholowa, mlekowa Wykład Zielarza Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	NOWOŚĆ „Uważność - działam świadomie!” Wykład Psychologa Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET 1h	ABT - brzuch, uda i pośladki Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	Zdrowy Kręgosłup Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET	
20:00	20:15-21:00 Uwolnij swoje ciało od napięć. Trening automasażu powięziowego Zajęcia Fitness Sala Fitness 25 Zł / FIT TICKET		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 inspirowany irlandzkim klimatem Strefa Saun 45 Zł	20:00-22:00 Wieczór z muzyką na żywo „Johmy Rogers Duo” Lobby Bar
					20:00-2:00 Dyskoteka Primavera Night Club, Budynek A	
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”	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. 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.



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