



Joulun kylpylämatka Pärnuun 22.-28.12.24 (su-la)!



- Hotelli Emmi *tai* Tervis 1./2.talo *tai* Tervise Paradiis *tai* Estonia Spa-

Matkaohjelma:
22.12. (su)

Lähtö bussilla aikataulun mukaan Helsingin Länsisatamaan (T2), josta TallinkSiljan Megastar lähtee klo 10:30 ja saapuu Tallinnaan klo 12:30. Bussikuljetus Pärnuun (ajomatka 130 km). Majoittuminen ja illallinen.

su-pe

Aamiainen päivittäin; muut ruokailut ja hoitopakettiin kuuluvat hoidot kylpylöiden valinnan mukaan.

28.12. (la)

Aamiainen, huoneiden luovutus ja bussimatka Tallinnaan, jossa pieni kauppakäynti.
Paluumatka Tallinna-Helsinki klo 13:30-15:30 Tallink Siljan Megastar Bussikuljetus lähtöpaikkakunnille.

Matkan hinta

535 €/hlö	Hotelli Emmi/ th	2-hengen huoneessa
610 €/hlö	Estonia Medical Spa/ th	2-hengen huoneessa
510 €/hlö	Tervis 1./2. talo / ph	2-hengen huoneessa
590 €/hlö	Tervise Paradiis / ph	2-hengen huoneessa

Hintaan sis.

- * bussikuljetukset ohjelman mukaan; **oma bussi vie ja noutaa kylpylästä**
- * laivamatkat Helsinki-Tallinna-Helsinki kansipaikoin TallinkSiljalla
- * laivan polttoaine- ja päästölisämaksut
- * majoitus (6 yötä) Hotelli Emmi ja Estonia Spa **täysihoidoruokailuin**
- * majoitus (6 yötä) Tervis 1./2. talo ja Tervise Paradiis **puolihoitoruokailuin**

Hotelli Emmi: saunan käyttö, virkistävä kahvihetki joka päivä klo 15-16
Estonia Madical Spa: aamusauna- ja uinti, Spa keskuksen käyttö klo 10-17
Tervis: Spa- ja saunakeskuksen sekä kuntosalin käyttö aukioloaikoina
Tervise Paradiis: Vesipuiston ja kuntosalin käyttö aukioloaikoina
***Hoitopakettiin kuuluvat hoidot ym. – katso erillinen liite!**

Lisämaksusta

Laivalla myöhäinen aamiainen 25,50 €/aik.
Huone yhdelle (su-la): 130 €/Emmi 180 €/Tervis 150 €/Tervise Paradiis

Matkan maksu

Ennakkomaksu 100 €/hlö viikon sisällä varauksesta. Loppumaksu 22.11.24. Jos matkan alkuun vähemmän kuin kuukausi aikaa, matkan maksu heti.

Hotelli Emmi

Pieni, viihtyisä hotelli noin 2,6 km Pärnun keskustasta.
Osoite Laine 2, Pärnu puh. + 372 44 7644 <http://www.emmi.ee>

Estonia Medical Spa

Hyvä kylpylähotelli puiston laidalla, lähellä keskustaa.
Osoite: Pärna 12, Pärnu puh. +372 44 76905 <http://www.spaestonia.ee>

Tervis 1./2. talo

Mukava, perinteinen kylpylähotelli lähellä Pärnun keskustaa.
Osoite: Seedri 6, Pärnu puh. +372 44 50111 www.spatervis.ee

Tervise Paradiis

Tasokas, monipuolinen kylpylähotelli, jossa Viron suurin Vesipuisto.
Osoite: Side 14, Pärnu puh. 372 445 1600 www.terviseparadiis.ee

Tiedoksi
henkilökortti.

Matkalla on oltava mukana voimassa oleva passi tai virallinen EU-

Varauksen yhteydessä tarvitsemme matkustajan nimen ja syntymäajan.
Matka edellyttää vähintään 26 matkustajaa.

Asiakkaan peruessa matkansa noudatamme seuraavia maksu- ja peruutusehtoja:**Peruutus**

* aiemmin kuin 31 vrk ennen matkan alkua veloitetaan 100 €/ hlö

* 31-14 vrk ennen matkaa veloitetaan 50% matkan hinnasta

* 13-0 vrk ennen matkan alkua veloitetaan koko matkan hinta.

peruutus- Suosittelemme matkavakuutuksen sekä vakuutuksen yhteyteen

turvan ottamista omasta vakuutusyhtiöstä heti matkavarauksen
tehtyänne. Ennen matkan alkua tai matkan aikana tapahtuvan sairauden
tai tapaturman sattuessa matkanjärjestäjä ei enää suorita
takaisinmaksua.

Bussiaikataulu

lähtö	paikkakunta	paluu (noin aika)
05:30	Vammala, la-asema	19:30
05:45	Kiikka, ent. uimahalli	19:15
05:55	Pehula, tori	19:05
06:15	Huittinen, Härkäpakari	18:45
06:35	Kanteenmaa, pikav.pys.	18:25
06:50	Humppila, lasit.pikav.pys.	18:10
07:10	Autokeidas	17:50
07:30	Forssa, tilausajolaituri	17:40
08:10	Karkkila, la-asema	17:00
08:25	Vihti kk, Linjala	16:45
08:35	Nummela, la-asema	16:30
09:10	Helsinki, Länsisatama (T2)	16:00
10:30	Laiva lähtee/saapuu (Hki)	15:30

Kokoontuminen on 10 min. ennen ilmoitettua lähtöaikaa.

Katso laskusta ilmoittamasi lähtöpaikkakunta/pysäkki.

Bussimme kulkee ilmoitettujen pysäkkien kautta, vain mikäli
niiltä on ilmoittautunut lähtijöitä.

Varaukset

TILAUSLIIKENNE
Pekka Palmgren

Puh. + 358 400-631 830
tilausliikenne@pekkapalmgren.fi



Hotelli Emmi



min.

Täysihoitoruokailut aamiainen, lounas ja illallinen; alkaen menopäivän illallisella ja päättyen lähtöpäivän aamiaiseen. Aattona tarjoillaan joulupäivällinen (buffet) ja joulupukki vierailee illan aikana.

Matkan aikana on myös bingoilta, tanssi-ilta ja karaoke.

Kahvihetki joka päivä klo 15-15

Hoitopakettiin kuuluvat hoidot: terapeutin konsultointi saapuessa

1 x kokovartalohieronta **50 min.**

2 x suolahuone 30 min.

1 x yrtytiporekylpy 15 min.

1 x osokeriitti-parafiinihoito 15-20

2 x ryhmävoimisteluvoimistelu 30 min.

Tervis 1./2. talo

19)

jalo

muodot,

laktoositon,

Tervise Paradiis

enintään



Puolihoitoruokailut aamiainen ja illallinen; alkaen menopäivän illallisella ja päättyen paluupäivän aamiaiseen (menopäivänä buffet-illallinen klo 17-19)

Jouluaattona jouluillallinen!

Hoitopakettiin sisältyy enintään kolme (3) lääkärin suosittelemaa hoitoa/pv seuraavista (yhteensä 15 hoitoa)

klassinen hieronta 23 min., yrtyi-helmikylpy, vedenalainen suihkuhieronta, parafiini-osokeriittihoito, mutahoito, hoitava suihku, pyörrekylpy

hoitomuutanaamio jaloille, suolahoito, valohoito,

nytyshoito, ultraäänihoito,

magneettihoito, sähköhoidon eri

muodot, inhalaatio, parafiinihoito käsille,

vesivoimistelu tai lääkintävoimistelu, kylmä parafiininaamio, kylmähoito, kehonkoostumusmittaus, vesipatjahieronta.

-hemmotteleva spa- ja saunakeskus aukioloaikoina

-kuntosalin käyttö

Erityisruokavalio tilattava etukäteen!

Huom! Seuraavat erityisruokavaliot mahdollisia ilman lisämaksua:

gluteeniton, sokeriton, kasvisruoka ja vegaaniruoka.

Muista mahdollisista erityisruokavalioidista kylvylä perii lisämaksun.

Puolihoitoruokailut aamiainen ja illallinen; alkaen menopäivän illallisella ja päättyen lähtöpäivän aamiaiseen (menopäivänä illallinen klo 17-19).

Aattona jouluillallinen!

Hoitopakettiin sisältyy terveydenhoidon ammattilaisen suosittelemat

kolme (3) hoitoa hoitopäivinä seuraavista (yhteensä 15 hoitoa):

yrtyi-helmikylpy, nivel ja lihasjännitystä vähentävä lämmin maavahakääre,

parafiininaamio käsille, pyörrekylpy käsille ja jaloille, vedenalainen suihku-

hieronta, suolakammion luonnollinen hoito, ultraäänihoito, magneettihoito,

impulssihoito, vesivoimistelu ja lääkintävoimistelu salissa, inhalaatio, klassinen ruotsalainen hieronta 23 min.

-rentouttavaa ajanvietettä Viron suurimmassa vesipuistossa aukioloaikoina

-uimahallin käyttö klo 06:30-15:00

-saunakeskus ”Paradiisi Saunad” vierailu su-to vesipuiston aukioloaikoina
-kuntosalin käyttö

Erityisruokavalio tilattava etukäteen!

laktoositon,

Huom! Seuraavat erityisruokavaliot mahdollisia ilman lisämaksua:

gluteeniton, sokeriton, kasvisruoka ja vegaaniruoka.

Muista mahdollisista erityisruokavalioista kylpylä perii lisämaksun.

Estonia Medical Spa
menopäivän

Täysihoidoruokailut buffet-aamiainen, -lounas ja -päivällinen; alkaen

päivällisellä ja päättyen lähtöpäivän aamiaiseen.

yhdistelmä).

Jouluaattona juhlava jouluruoka (suomalaisen ja virolaisen ruuan

Hoitopakettiin sisältyy terveydenhoitajan konsultaatio, 3 erilaista hoitoa päivässä (ei tulo- eikä lähtöpäivänä ei myöskään 25.12. Joulupäivänä) seuraavasta valikoimasta: osahieronta (20 min), maapihkahoito, rentoutushoito (15 min), lämmin persikkaparaafiinihoito käsille, yrttiporekylpy, jalkakylpy, paikallinen kylmähoito, suolahuone, höyryhengitys, lääkintävoimistelu salissa (selän- ja nivelryhmän tai kaula- ja hartia-ryhmän), ohjattu vesivoimistelu altaassa, valohoito mielialalle, hoito väsyneille



jaloille.

Seuraavat hoidot vain terveydenhoitajan määräyksestä: vedenalainen suihku- hieronta, magneettihoito, ultraäänihoito, amplipulssi, disdynaamika.

Aamusauna- ja uinti klo 7:30-10

Spa-keskuksen TERMID käyttö klo 10-17

Huom! 25.12. hoitovapaa päivä ja tämä tarkoittaa, että paketissa ei ole kyseisenä

päivänä hoitoja – hoitoja ei myöskään siirretä muille päiville!

Estonia Medical Spa:n ruokailut noutopöydästä:

Aamiainen ma-pe klo 7-10, la-su klo 7-10:30

Lounas klo 12-14

Päivällinen klo 17-19

Seuraavat erikoisruokavaliot mahdollisia (tilattava etukäteen):

laktoositon, gluteeniton, kasvisruoka ja sokeriton ruoka.

Tervetuloa joulun hemmottelulomalle Pärnuun!