

Program Święta Rabczańskiej Solanki 13-15.08.2016 r.

13.08.2016 Sobota

Miejsce: Centrum Zdrowia i Urody, ul. Orkana 49,

8:00 – Gimnastyka pod Tężnią Solankową (Al. Jordana 2)

10:00- Przywitanie gości, koncert Orkiestry OSP w Rabce-Zdrój

10:30- Gimnastyka dla zdrowia

11:00- Instruktaż Nordic Walking (deptak)

11:30 -12:30 Dziecięcy Raj Zabawy – gry i konkursy dla dzieci (deptak)

11:30- Wykład nt. „Dobroczynnego działania Rabczańskich Solanek” (lek. med. Nadia Lotocka),
Darmowe porady na temat zdrowego żywienia

12:00 Prezentacja Centrum Zdrowia i Urody - darmowe porady fizjoterapeutów

12:30 – 13:30 Warsztaty dla dzieci m.in. Warsztaty szycia-”Szyjemy Solankowe Motylki”, Zajęcia pełne eksperymentów i doświadczeń - "O co chodzi z tą solanką?"

13:00-14:00 – Jak poradzić sobie z bólem – pokaz zabiegu „Kinezjotaping”, „Shake your body” -
odchudzaj się z Uzdrowskiem Rabka – masaż wibracyjny pasem Kettlera, „Body Detox”

14:00 – 15:00 -„Śpiewający kapturek w Solankowym Lesie”- darmowe inhalacje zbiorowe

14:00 – 17:00 – Gry i zabawy dla dzieci m.in. „Zabawy z Kubusiem Puchatkiem”, zawody sportowe,
dyskoteka dla dzieci w bańkach mydlanych, zabawy z chustą animacyjną, malowanie twarzy, karaoke,
koło fortuny (do wygrania: m.in. Karnety do Parku Linowego), prezentacja specjalistycznego sprzętu:
ratownictwa technicznego i pożarowego przez OSP w Rdzawce

15:00-16:00 Trening z mistrzem Kickboxingu Łukaszem Jaroszem

15:30- Zabieg na dłonie z wykorzystaniem solankowych kosmetyków (1 zł)

15:30 -16:30 – Warsztaty plastyczne- tworzymy własną książkę

16:00-17:00- Darmowy seans w Jaskini Solnej

17:00 – 18:00 Wyścig mężczyzn o puchar „Rabczańskiego Kolarza” – start Wypoczywalnia
Centrum Zdrowia i Urody

18:00- Koncert Zespołu „BACIARY” w Amfiteatrze ul. Chopena

Impreza towarzysząca:

15:30 - Festyn góralski Związku Podhalan - Amfiteatr ul.Chopina 17

14.08.2016 Niedziela

Miejsce: Ogród Kardiologii, Al. Jordana 2

10:30-15:00 Biała Niedziela – bezpłatne konsultacje lekarzy specjalistów oraz porady dietetyka,
pomiar ciśnienia tętniczego oraz poziomu glukozy we krwi

10:30-17:00 Warsztaty malowania na szkle (10 zł), warsztaty malowania pamiątek regionalnych (8 zł)

11:00 – zajęcia na ścianie wspinaczkowej, tyrolce, slackline pod okiem doświadczonych trenerów,
przejażdżka quadem, pokaz sprzętu ratowniczego GOPR i prezentacja Mobilnego Punktu
Dowodzenia, pogadanka nt. bezpieczeństwa w górach, metody i sposoby udzielania pierwszej
pomocy, prezentacja specjalistycznego sprzętu: ratownictwa technicznego i pożarowego oraz
sprzętu wykorzystywanego w pracy policjanta

11:00 – 14:30 Akademia Kulinarna - wspólne przygotowywanie zdrowych posiłków, sałatki
owocowe i warzywne, lepienie pierogów, degustacja soku z marchwi (wstęp 10 zł/os/godzina
zabawy – grupy startują o pełnej godzinie)

11:00 – 16:00 Parkowe Spa- plenerowy gabinet masażu, porady fizjoterapeutów (zabiegi za 50%
ceny)

11:00 – 18:00 Inhalacje solankowe „u źródła” - obok ujęcia Helena (1 zł)

13:00 – 16:00 Najlepszy staropolski obiad w Rabce-Zdroju w promocyjnej cenie 11,99 zł – oferta
dostępna we wszystkich obiektach Spółki

14:00 – 17:00 – Gry i zabawy dla dzieci m.in. „Zabawy z Kubusiem Puchatkiem”, zawody
sportowe, dyskoteka dla dzieci w bańkach mydlanych, zabawy z chustą animacyjną, malowanie
twarzy, karaoke, koło fortuny (do wygrania: m. in. Karnety do Parku Linowego)

14:30 – 15:00 Pokaz trenerski mistrza Kickboxingu Łukasza Jarosza

15:00- 16:00 Występ Zespołu Regionalnego „Prymni” połączony z dawnymi zabawami i grami

16:00 – 17:00 Zumba Dance - baw się razem z nami

17:00 –18:00 Występ Zespołu Regionalnego „Rabiańsko Śleboda”

19:00- Spektakl pt. "Chłop i baba" według tekstów Wandy Czubernat w wykonaniu Grupy Teatralno-Kabaretowej „ChybaSobieKpisz”

Impreza towarzysząca:

16:00 - PANTEON NA WYBIEGU - lekcja historii w konwencji pokazu mody - Amfiteatr ul.Chopina 17

15.08.2016 Poniedziałek

Miejsce: Ogród Kardiologii, Al. Jordana 2

16:00- Uroczyste zakończenie Święta Rabczańskiej Solanki, rozdanie nagród „Głównej loterii”

17:00 -22:00 – Wieczorek taneczny z muzyką na żywo oraz stoiskiem gastronomicznym

Impreza towarzysząca:

16:00 - Wakacyjny Festiwal Bajek, Baśni i Legend "ZŁOTA RYBKA" - Amfiteatr ul.Chopina 17

Dodatkowe atrakcje:

- Loteria z nagrodami (regulamin dostępny na www.uzdrowisko-rabka.pl)
- Mezoterapia bezigłowa 50% (**tylko w dniu 13 sierpnia** cena 45 zł)
- 20% zniżki na zabiegi lecznicze i SPA na bazie rabczańskiej solanki w Centrum Zdrowia i Urody oraz Rabczańskim Zdroju Medical SPA
- 20 % zniżki na kosmetyki we wszystkich punktach sprzedażowych Uzdrowiska Rabka
- Kiermasz rękodzieła
- Dmuchańce dla dzieci (zjeżdżalnie dmuchane, zamki)
- Mini Park Linowy (**tylko w dniu 13 sierpnia**)
- Grill oraz stoisko gastronomiczne