



Teme: Grad Mali Lošinj, Turisti ka zajednica grada

LOŠINJSKI VIKEND VITALNOSTI

Global Wellness Day-a. One day can change your whole life

Lošinj Hotels & Villas Global Wellness Day

Na Lošinj se od 9. do 11. lipnja 2023. godine održava Lošinjski vikend vitalnosti, povodom Global Wellness Day-a.

Tri dana na Lošinj ispunjena brojnim radionicama i programima; vježbanjem na otvorenom, wellnessom i opuštanjem, aromaterapijom i šumskom terapijom, kreativnim radionicama za velike i male, naglašava se važnost kvalitetnog načina življenja – redovite tjelovježbe, pravilne prehrane, unutarnjeg zdravlja te ravnoteže tijela i duha sa sloganom – „One day can change your whole life“.

Dišite i vježbajte na otvorenom

Naučite pravilno disati dok se povezujete s prirodom uz stručno vodstvo fizioterapeuta kroz „Udahni Lošinj! Vježbe disanja“ u Lječilištu Veli Lošinj, a uz stručno vodstvo certificiranog terapeuta uronite u šumsku kupku „Šumska terapija“ Park šume Podjavori u Velom Lošinj. Opustite se i povežite s prirodom u malološinjskoj Zlatnoj uvali sudjelujuć u programu „Lošinjski wellness u prirodi“. „Miomirisna šetnja“ Miomirisnim otokom upoznat ćete se s bogatom florom otoka. Oni malo hrabriji odvažite se na uspon na Sv. Ivan i Umpiljak s PD Osoršićicom u sklopu planinarske ture „Staza zalaska sunca“ jer najbolji pogled dolazi nakon najtežeg uspona.

Uronite u lošinjско podmorje kroz tečaj ronjenja za početnike „Upoznajmo podmorje“ ili isprobajte „Stand Up Paddle turu“ u jednoj od najljepših lošinjskih uvala – Likatu. Zaigrajte odbojku na pijesku na Sunčanjoj uvali, odradite cjeloviti trening „Full Body Workout“, ponesite prostirku za „Yogu u prirodi“ i sudjelujte na pilates treningu „Pilates-tijelo kao rekvizit“.

Lošinj Hotels & Villas također će obilježiti Global Wellness Day „Latino group dance class“ u Vitality Hotelu Punta, u Velom Lošinj.

Budite kreativni

Naučite izraditi prirodnu kozmetiku u sklopu „Radionice aromaterapije“ ili samostalno napravite unikatni suvenir za trajno sjećanje na otok vitalnosti u sklopu „Kreativne likovne radionice oslikavanja naplavina“.

Kroz radionicu „Prva pomoć u prirodi“ upoznat ćete se s najčešćim opasnostima boravka u prirodi, kao i opremi koju je potrebno imati prilikom odlaska u prirodu te primjenom prve pomoći u slučaju potrebe.

Dječje radosti

Podržite mališane u utrci „Mini trk“ koja se održava u suradnji s Atletskim klubom Lošinj na plaži Veli žal. Zanimljiva će zasigurno biti i igra „Lov na blago“ u kojoj će djeca od 6 do 15 godina sakupljati stvari iz prirode u park šumi Podjavori, Lječilištu Veli Lošinj.



Sudjelovanje je besplatno te namijenjeno stanovnicima i gostima, a broj sudionika je ograničen i potrebno je rezervirati svoje mjesto.

Cjelokupan program s detaljnim rasporedom i lokacijama pronađite na linku.

TZ Maloga Lošinja

<https://www.menu.hr/najave/losinjski-vikend-vitalnosti/>

KLJUČNE RIJEČI:

AUTOR:

Rene