



TYÖHYVINVOINTIPÄIVÄ KOTISEUTUTALO PÄKAKSESSA

AAMIAINEN

Kotiseututalon tuore leipävalikoima, levite
Kalkkunaleikkele
Juustosivut
Salaatti, kurkku, tomaatti
Keitetty kananmuna
Saga Waseliuksen Marjasmoothie
Luomukahvi ja tee

Luento: Tavoitteena parempi minä

kesto 90min

Happihyppely

LOUNAS

Melonivati minttuöljyllä
Tomaatti-oliivi-punasipuli salaatti
Aurajuusto-punajuurisalaatti rucolalla ja paahdetuilla manteleilla
Kartanon uunilohi katkarapukastikkeella
Paahdetut uunijuurekset
Päkaksen tuore ruisleipä ja voi

HighRoller –putkirullauksella apua jumeihin

kartanon pihamaalla tai aitassa, kesto 60 min

ILTAPÄIVÄKAHVIT

luomukahvia ja teetä
Ellen Waseliuksen voisilmäpulla ja hedelmälajitelma

Relax –kehonhuoltotunti

Kesto 60min

päivän päätös

Hinta 94,00€ hlö (sis. alv)

Sisältäen koko paikan vuokran yksityistilaisuuteen arkena, tarjoilut, tarjoilijan/kokousemännän, kokoustekniikan, pysäköinnin ja oheishjelman esimerkkihinta on laskettu 40 hlön porukalle.

Hyvinvointipäivää ennen tai sen päätteeksi yövyt kätevästi Sokos Hotelli Vantaalla, jonne Päkaksesta on vain kiven heiton matka. Emännältä saat etukoodin yöpymistäsi varten.

HUOM: HighRoller -tunti pidetään ryhmälle kahdessa osassa eli ohjelmaan sisältyy 2x 60min ohjaus, jotta välineet riittävät kaikille.

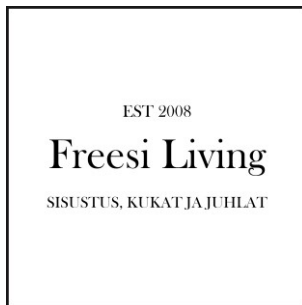
Luento- ja liikuntaosuuksiin saatavana myös muita vaihtoehtoja. Kysy personoidumpia ohjelmakokonaisuuksia Ronjalta.

Varaukset ja ohjelmaan liittyvät kysymykset:

Ronja Mattila, ronja@fiiwellbeing.com, p. 040-584 1714

Tiedustelut tilasta: Maria Rissanen, maria@freesiliving.fi, p. 040-718 2822

Yhteistyössä:



Fii Wellbeing Oy

Elämyksellinen arki osaksi hyvinvointia!

Yhteyshenkilönne pääkaupunkiseudulla

Ronja Mattila

ronja@fiiwellbeing.com

040-5841714

www.fiiwellbeing.com