

*Hjertelig velkommen til*

# Trim & spa helg på Savalen

17.-19. mars & 1.-3. september 2023

I samarbeid med DAMETRIMMEN og Kari Jaquesson inviterer vi til en sprek helg på Savalen, med Trim & Spa! Helgen fylles med trening, velvære og inspirasjonsforedrag, samt egentid i basseng og spa. Programmet inneholder følgende aktiviteter:

- Velkomst-trim** Bare litt svett og mye moro!
- Morgenstrekk** Dynamisk morgen med yogainspirert stretch og morgenmeditasjon
- Gøyal trim** Litt mer svett & stram-opp -fortsatt mye moro!
- Mixtrim** Stramopp, balanse og morgenmeditasjon
- Latinotrim** Spennende!

## Foredrag & workshop

La deg inspirere av Kari og delta aktivt i workshop.

## Basseng

Vårt velværebasseng er åpen hele dagen og du kan nyte varmen og massasjestasjonene, eller bare kose deg i de ekstra varme boblebadene!

## Fjellspa

Vår Fjellspa er flere ganger omtalt som «en av Norges beste Fjellspa». Unn deg behandlinger som passer akkurat for deg under oppholdet.

## Aktiviteter i naturen

Kanskje gjør det godt med en vandretur på Savalen eller en skitur i de flotte langrennsløypene også?

Hos oss går du rett fra hotellet når du skal ut på tur, og pakk gjerne sekken med matpakke og kakao, og kos deg med lunsj i det fri.

## Matservering

Vi serverer frokostbuffet, lunsj og aftensbuffet/Østerdalsbord med varme og kalde retter, samt et fantastisk dessertbord!

## Julenissens Hus

Julenissens Hus er som alltid åpent på lørdag om det skulle friste med et besøk dit. Julebutikken gir alltid god julestemning, uansett årstid!

Vi ønsker dere hjertelig velkommen til fine dager på Savalen!

## Informasjon/bestilling

**Savalen Booking** ☎ 62 47 17 17

✉ [post@savalen.no](mailto:post@savalen.no) 🌐 [www.savalen.no](http://www.savalen.no)



## Trim & Spa pakkepris

Pris pr. pers i dbl.rom: Kr 5.200,-

- Inkl. hjelpesjon
- Alle aktiviteter knyttet til trim og foredrag
- Fri inngang til bassenget
- 15% rabatt på alle spabehandlinger

Tillegg for enkeltrom: Kr 700,-

Begrenset antall plasser.

Spabehandlinger bestilles på forhånd eller ved ankomst, og betales i resepsjonen.

Se egen spameny på våre hjemmesider.

For mer info om Kari Jaquesson se [karijaquesson.no](http://karijaquesson.no)