

Så här anmäler Du Dig och betalar resan

Först till kvarn gäller så anmäl Dig snarast till de reseansvariga i SPF.

Du bokar dig genom din SPF-reseledare. Senaste anmälningsdag är den 17 juli 2023. Anmälningsavgiften på 500:- skall betalas in 10 dagar efter att vi fått Din anmälan och slutbetalning skall vara oss tillhanda senast 14 dagar före avresedagen. Vida Resor skickar ut bekräftelse och inbetalningskort till Dig.

Övrigt:

Giltigt pass eller nationellt ID kort krävs på resan.

Eventuellt krävs även covid-bevis.

Valutan är Euro som går att växla till sig på båten, uttagsautomaterna i terminalen i Tallinn eller Pärnu.

Resegaranti

Vida Travel Group AB har ställt den lagstadgade ekonomiska resegarantin till Kammarkollegiets förfogande. Vi innehar F-skattsedel.

Avbeställningsskydd

Avbeställningsskydd kostar 350:-, om Du eller någon nära anhörig skulle bli sjuk före avresa är Du skyddad från avbeställningskostnader mot uppvisande av läkarintyg, med undantag för en exp. avgift (350:-) plus kostnaden för avbeställningsskyddet (350:-).

Inställande av resan

Resan kan pga för få deltagare inställas och meddelas då skriftligen eller per telefon senast 14 dagar före avresa.

Du betraktas som bokad på resan när du uppgett namn, födelsedata samt adress till resebyrån. Om du ej har för avsikt att genomföra resan räknas du som avbokad först när du skriftligen eller muntligen meddelat resebyrån att du avbokar resan samt att du erhållit ett avbokningsbesked från resebyrån, det räcker således ej med att avstå från att betala resan för att betraktas som avbokad.

RESEFAKTA

Pris 7 dagar: 6 450:-
inkl helpension på hotellet och
12 behandlingar!

Frivilliga tillägg:

Avbeställningsskydd	350:- /pers
Utsideshytt t/r	400:- /pers
Buffé (per enkelväg)	437:- /pers
Minisvit hus 1&2/pers/natt	150:-
Enkelrum på hotellet & enkelhytt ombord, t/r	1300:-

I priserna ingår: Bussresa från Gästrikland, båtresa med del i insides 2-bäddshytt (B-hytt) med golvstående sängar inkl frukost t/r, logi 4 nätter med del i dubbelrum, helpension på hotellet (ankomstdagen lunch & middag avresedagen frukost & lunch, däremellan frukost, lunch & middag), välkomstkaffe, läkarundersökning, 12 ordinerade behandlingar, morgonbastu med pool Dessutom ingår:

- Fri tillgång till spa- och bastuanläggningen må-to kl 07.00-21.00,
- Fri tillgång till styrketräningssalen 07.00-21.00.

SPA-resa till Pärnu i Estland 7 dagar 17-23 augusti 2023



Vad är SPA?

SPA är namnet på en belgisk kurort, där människor började dricka brunn och bada kurbad redan för 2.000 år sedan.

Ordet SPA kan också betyda "salus per aqua" vilket är latin, och betyder - hälsa genom vatten. Den läkande förmågan hos de europeiska termiska vattnen är legendariska.

Idag är ordet SPA ett internationellt begrepp för en anläggning där människans sinnen stimuleras. Den starka anknytningen till vatten finns kvar.

Helhetstänkande för kropp och själ, harmoni och balans, nystart och inspiration, aktiv vila och positiva upplevelser är vad SPA står för idag.

Våra sparesor går till Estland och en gammal pittoresk badort som ligger mycket vackert i Rigabuktens norra hörn: Pärnu.

Pärnu ligger bara 13 mil från Tallinn.

Vi har valt Medical SPA-hotel Tervis på grund av att det är en så "komplett" anläggning, det är få anläggningar i Estland som kan konkurrera med Tervis.

- Tervis har svensktalande läkare, man kan själv sitta hos läkaren och bestämma sitt behandlingsprogram, ingen tolk behövs.
- Tervis har tre behandlingar per dag som ingår.
- Tervis har lerbehandlingar.
- Tervis har ett stort utbud av behandlingar och undersökningar som man kan köpa utöver de som ingår.
- Tervis ligger nära Pärnu centrum.
- På kvällarna anordnas t.ex. konserter, föreläsningar och dans i hotellets Kulturcentrum.

SPF
SENIORERNA

Vida Travel Group AB



Dag 1

Vi åker från Ockelbo kl 12.00, Sandviken Odengatan kl 12.30, Gävle Busstation kl 13.00 med egen buss. Färden går söderut mot Stockholm och Värtahamnen. Vi anländer till Värtahamnen kl 15.30-16.00, här får vi våra boardingcard, hyttnycklar även matkuponger - för de som beställt.

Det räcker att ta med en "nattväska" ombord, den stora resväskan kan vi lämna i bussen.

Redan kl 17.00 är första sittningen på smörgåsbordet, ingår ej i priset.

Kl 17.30 avgår Tallink från Stockholm.

Dag 2

Frukost ombord innan vi kl 10.45 ankommer till Tallinn.

Vi beger oss mot Pärnu som ligger 13 mil bort. Vid lunchtid är vi framme för incheckning och lunchbuffé på Tervis Hälsocenter. Läkarundersökning väntar under eftermiddagen eventuellt under morgondagen. Middagsbuffé på kvällen.

Dag 3-5

Nu släpper vi ned axlarna och njuter! Frukost, lunchbuffé och middagsbuffé serveras varje dag på hotellet. Likaså de ordinerade behandlingarna. Någon dag anordnas en guidad rundtur i Pärnu för de som vill se sig omkring lite mer. En kväll samlas vi för ett välkomstkaffe, här får vi ytterligare information om hotellet och behandlingarna.

Dag 6

Frukost, behandling och lunch på hotellet därefter åker vi till Tallinn.

Vi hinner med en del spännande shopping innan färjan avgår från hamnen i Tallinn kl 18.00. Även här sköter reseledaren incheckningen.

Dag 7

Frukost ombord innan vi kl 10.30 ankommer till Stockholm och Värtahamnen, efter tullformaliteter åker vi norrut, vi är åter i Gävletrakten ca kl 13.00.



Tervis Medical SPA

Det mest kända hälsocentret i kurortstaden Pärnu - Tervis, ligger vackert beläget i ett av de mest natursköna områdena vid Pärnu flodens mynning. Det är bara några minuters promenad till stadens centrum.

Tervis är unikt på grund av sin mångfald. Här finner du det mesta: bekväma rum, läkarmottagning, vårdcenter, gyttjebad, stomatologiavdelning, idrottshall och simhall med bastu, barer, restaurang och affärer.

I den största SPA-anläggningen i Pärnu finns det plats för 500 gäster. Hiss finns överallt utom till gymnastiksalen.

Behandlingar

Du som behöver behandling av professionell kvalitet är välkommen till hälsocentret "Tervis". För att kontrollera hälsotillstånd finns det laboratorier av olika slag, sonografi och apparatur för funktionsanalyser. Du kan få hjälp vid olika slags åkommor och problem, till exempel i ben och leder, hjärt- och blodkärlsystemet, det perifera och centrala nervsystemet.

Medical SPA-hotel Tervis erbjuder bland annat: Sonografi, funktionsanalyser, handmassage, ortopedisk behandling, ozokerit- och paraffin- behandling, sjukgymnastik i både gymnastiksalen och bassängen, elektroterapi, laserterapi, akupunktur, gyttjebad med gyttja från den lokala sjön Ermistu, bubbelbad samt under-vattenmassage.

I saltkammaren får man hjälp vid luftstrupskatarrer, allergier och hudsjukdomar.

Behandlingar kan beställas på plats för kostnader långt under våra svenska. För priser på behandlingarna - se Tervis hemsida. www.spa.ee

Bufférestaurangen serverar mångsidig, god och hälsosam mat tre gånger om dagen. Vid behov serveras dietmat.

Hotellkontakt

Medical SPA Tervis

Seedri 6, 80010, Pärnu, Estonia.

Tel: (+372) 445 0111, (+372) 445 0310.

www.spa.ee

E-post: sales@spa.ee

