



Hotel Blumarea

19

September
2026

07:00 - 18:00

WELLNESS Day

Una giornata per ritrovare il tuo equilibrio,
prenderti cura di te e dedicarti al tuo benessere.
*A day to restore your balance, take care of
yourself and focus on your well-being.*



07:15 – 08:15

LEZIONE DI YOGA

*Risveglia corpo e mente con una lezione di yoga a bordo piscina.
Yoga class by the pool*



07:30 – 11:00

HEALTHY BREAKFAST

*Colazione equilibrata e nutriente per iniziare la giornata con energia
Healthy and nutritious breakfast*



10:00 – 18:00

RELAX IN PISCINA

*Tempo libero per rigenerarti tra sole, acqua e relax.
Pool relaxation*



11:00 – 12:00

INCONTRO CON LA NUTRIZIONISTA

*Consigli pratici per uno stile di vita sano ed equilibrato.
Nutrition session*



13:00 – 14:30

HEALTHY LUNCH

*Pranzo sano e gustoso preparato con ingredienti freschi e genuini.
Healthy and delicious lunch*



09:00 – 18:00

MASSAGGIO RILASSANTE

*Concediti un massaggio rigenerante per completare la giornata.
Relaxing massage*



Prenota ora il tuo posto
Book Now



Posti limitati
Limited space

Info giornata
Day Overview



+39 079473070
info@hotelblumarea.it
www.hotelblumarea.it



Castelsardo, Lu Bagnu
Corso Italia, 143