



# Megrin Mainio

HYVINVOINTIA ILOMANTSISSA

Megrin ympäristö ja historia tarjoavat erilaisen ja välittömän ympäristön niin työhyvinvointipäiville, kokous- kuin muillekin ryhmille. Ilmassa leijuu karjalainen iloisuus ja rempseys, kulttuuri ja puhtaan luonnon läheisyys. Omatoimiset ja ohjatut ohjelmapaketit takaavat monipuoliset mahdollisuudet rentoutumiseen ja virkistäytymiseen.

Kahden vuorokauden mittaisella hyvinvointiretkellä majoitutaan Mekrijärven historiallisella tutkimusasemalla, joka on nyt muunnettu matkailukäyttöön.

Paketin hintaan sisältyvät seuraavat ohjelmat:

## SIMANAN POLUN ARVOITUS

Töppöstä toisen etehen pannen kuljemme Simanan polkua yrittäen laittaa ratkoen kinkkiset Megri arvoitukset. Retken puolivälissä Kodalla kysymme "Miss' on tulta tuuviteltu, vaaputeltu valkiata?", vastaanamme, että "Tässä" ja nautimme makoisat nuotiokahvit Mekrijärveä ja hiljaisuutta ihastellen sekä ratkoen rastien vastaukset. Kahvittelun jälkeen palaamme Megrille tätä sulatellen ja palkitsemaan kyselyn voittajat.

## NIVELET NOTKEIKSI

45 min kehonhuoltoa, venyttelyä ja rentoutumista. 10 hengen ryhmässä käydään ohjaajan kanssa läpi helppo kehonhuolto-ohjelma. Tästä eväitä myös työn lomaan omiin venyttelyhetkiin. Vaihtoehtona pilates.

Jatkuu seuraavalla sivulla!



## OHJELMAEHDOTUKSEMME 2 VRK

### TULOPÄIVÄ

- saapuminen, majoittuminen 2 hh, tulokahvit
- ajankohdan ja sään mukaan omatoimista ohjelmaa kuten kyykkäkisa tai ohjattua toimintaa esim. turvehoitoja
- iltaruokailu ja ryhmän omaa ohjelmaa

### 2. PÄIVÄ

- herätys ja aamupala
- Simanan polun arvoitus
- klo 12-14 lounas Megrillä ja aikaa ettoneille
- Nivelet notkeiksi
- välipala
- sauna
- iltaruoka, karaoke tai muuta omaa ohjelmaa

### 3. PÄIVÄ

- aamupala
- omatoimisesti ulkoilua ja kotiinlähtö



Megrissä on tarjolla lähi- ja luomu kotiruokaa, metsän antimia sekä karjalanpiirakoita aina illallisella.



## Hinta alk. 290 €/hlö

**Hinta sisältää:** 2 vrk majoituksen 2 hh, 2 x aamiaisen, tulokahvit, 2 x päivällisen, välipalan, Simanan polun arvoitus ja Nivelet notkeiksi -ohjelmat ja saunan sekä alv:n.

**Kesto:** 3 vrk / 2 yötä

**Saatavuus:** 15.8.-15.6.

**Henkilömäärä:** 20-50 henkilöä

Lisäksi tarjolla on lisähinnasta ohjattua ohjelmaa sisätiloihin ja raikkaaseen ulkoilmaan. Valikoimasta löytyy ryhmähengen ja kehon virittelyä rentoutumiseen hiljentymisen, kisailun ja seikkailun kautta sekä aistien kirkastamista karjalaisen kulttuurin, luonnon, ruokien ja juomien avittamina.

## PIIRAKKA TASTING

Piirakka tasting tarjoaa ainutlaatuisen mahdollisuuden makustella piiroot, sultsinat ja vatruskat tulokahvien tai iltaohjelman merkeissä. Vietä rauhallinen hetki hyvässä seurassa herkutellen ja rentoutuen taustalla soivan kantelemusiikin loihittaessa lisää karjalaista tunnelmaa.

**Kesto:** 1 tunti **Hinta:** 15 €/hlö

## TURVEHOITO

Täydellisen sopivan rentouttavat hoidot suomalaisella 100% luonnontuotteella - turpeella. Voit huomata aineenvaihduntasi vilkastuvan ja turpeen kosteuttava, pehmentävän ja kuorivan ihoasi. Turvesaunan lisäksi mahdollisuus turvekasvo- ja jalkahoitoon sekä hartioiden turvahau- dehoitoon. Saunaan mahtuu noin 6-10 henkilöä kerralla. Minimiryhmä 6 henkilöä.

**Kesto:** n. 2 tuntia **Hinta:** 50 €/hlö



Katso lisää ohjelmavaihtoehtoja netistä [www.megri.fi](http://www.megri.fi)

