

Kedves Vendégeink,

Nagyon örülünk, hogy megérdemelt pihenésük helyszínéül az új Thermal Hotel Balance\*\*\*\* Lentit választották. Ezeket a különösen fontos napokat a pihenés és az egyensúly jegyében igyekszünk Önöknek biztosítani.

Szívélyesen és családi hangulattal fogadjuk Önöket szállodánkban, hogy elkényeztethessük és szórakoztathassuk, mert a vendégszeretet Lentiben jóval többet nyújt és jelent, mint egy egyszerű szolgáltatás. Vendégeink igényeinek kielégítése jelenti számunkra a munkához szükséges motivációt. Lelkesen, de diszkréten dolgozunk azon, hogy kívánságai megvalósuljanak.

A következő oldalakon megismerkedhet szolgáltatásainkkal, illetve azokkal a hasznos információkkal, amelyek segítenek abban, hogy a nálunk eltöltött napok még több élménnyel ajándékozzák meg Önöket.

Kérem, hogy bármilyen észrevétel, kérés vagy kérdés esetén hívják a recepciót a 240-es vagy 250-es számon.

Kellemes kikapcsolódást és jó pihenést kívánok a szálloda dolgozóinak nevében is!

Szívélyes üdvözlettel

**Kárpáti Zoltán**  
Szállodaigazgató  
Thermal Hotel Balance\*\*\*\* Lenti

## Tartalomjegyzék

<b>Telefonszámok</b>	<b>2</b>
<b>Hotel információ A-Z-ig</b>	<b>3</b>
<b>Szállodai SPA / FITNESS</b>	<b>10</b>
<b>Fürdőszolgáltatás</b>	<b>11</b>
<b>Balance Medical Center</b>	<b>11</b>
<b>Vendéglátás</b>	<b>12</b>
<b>Rendezvényhelyszín</b>	<b>13</b>
<b>Tűzvédelmi szabályok</b>	<b>14</b>

## Telefonszámok

Thermal Hotel Balance + 36 (92) 630 590

Recepció 240 és 250  
L16 étterem 350  
Lobby Bar 270

Rendőrség (szobából) 0 + 107  
Tűzoltóság (szobából) 0 + 105  
Mentő (szobából) 0 + 104  
Általános segélyhívó (szobából) 0 + 112

24 órás sürgősségi orvosi ügyelet  
8960 Lenti, Templom tér 10. +36 (92) 351 911

## Hotel információ A-Z-ig

### AKADÁLYMENTESSÉG

A szálloda részben akadálymentesített, kialakítása során a mozgáskorlátozottak igényeit figyelembe vettük. Az épületben speciális szoba, személyfelvonó, valamint a földszinten és a IV. emeleten mozgáskorlátozottak számára kialakított mosdó is található. A szálloda rendelkezik hallássérült vendégek részére hallókészülék jelerősítővel, s a látássérült vendégek részére taktilis vezetősáv került kialakításra.

### AUTÓBUSZ / VONAT

Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es melléken).

### ÁGYNEMŰCSERE

Szállodai tartózkodásuk idején a szobai ágyneműhuzatokat háromnaponta cseréljük. Amennyiben ágyneműcserét szeretne, kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es melléken).

### BANKKÁRTYA / HITELKÁRTYA

VISA, VISA ELECTRON, VPAY, JCB, UNION PAY, MASTERCARD, MAESTRO, AMEX bankkártyákkal tudja számláját kifizetni.

### BAR

Lobby Bar: 10.00-22.00h

### BIZTONSÁGI INTÉZKEDÉSEK

Biztonsága érdekében, a szoba elfoglalásakor tekintse meg az ajtón lévő menekülési útvonalat. Füst, vagy tűz észlelésekor értesítse a recepciót (240-es vagy 250-es mellék). Tűzriadó esetén ne használja a liftet, és azonnal hagyja el a menekülési útvonalon az épületet. Részletes tájékoztatás a „Tűzvédelmi Szabály” című fejezetben.

### CSOMAGMEGŐRZÉS/ CSOMAGSZÁLLÍTÁS

Korai érkezés vagy kései távozás esetén csomagmegőrzés a recepción díjmentesen igénybe vehető (korlátozott számban).

Csomagszállítás rendelkezésre áll, kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es melléken).

### DOHÁNYZÁS

Tájékoztatjuk Önöket, hogy a szállodánk nemdohányzó szálloda. A szállodai szobákban és erkélyeken TILOS a dohányzás, az ebből okozott károkat, bírságokat a dohányzó vendég köteles megtéríteni. Dohányzás csak az arra kijelölt helyeken megengedett (L16 és Oxigén étterem teraszán kijelölt asztaloknál és a szállodai főbejáratnál kijelölt helyen).

### ELSZÁMOLÁS / FIZETÉS

Kijelentkezés a szálloda recepcióján. Fizetés készpénzzel (HUF/EUR), bankkártyával, SZÉP kártyával.

### ÉBRESZTŐSZOLGÁLAT

Előzetes egyeztetés alapján recepciós kollégáink ébresztik Önt. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **ELEKTROMOS CSATLAKOZÁS**

Magyarországon 220 V / 50 Hz működik. Nemzetközi használatra alkalmas dugalj/adapter és / vagy töltőállomás (különböző elektromos eszközök részére) a recepción kérésre rendelkezésre áll. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **ELSŐSEGÉLY LÁDA, LÁZMÉRŐ**

Elsősegély láda, kötszer, lázmérő: a recepción található. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **ÉRKEZÉS**

A szállodai szoba az érkezés napján 15.00 órától áll vendégeink rendelkezésére.

### **ÉRTÉKTÁRGYAK**

A szállodai szobákban (szekrényben) szobaszéf található. Használati útmutató a széf leírásnál. A szálloda csak a központi pánccs szekrényében elhelyezett értékekért vállal felelősséget. Használata díjtalan. Kérjük, forduljon a recepcióhoz (a 240-es vagy a 250-es melléken).

### **ÉTTEREM ÉS VENDÉGLÁTÁS**

Az étteremről részletes információkat a „Vendéglátás” című fejezetben olvashat.

L16 Étterem 7.30 – 21.00h

Lobby Bár 10.00 – 22.00h

Oxigén Étterem 10.00 – 17.00h

#### **Étkezési időpontok (panziós ellátások esetén)**

Reggeli 7.30 – 10.00h L16 étterem

Ebéd 12.00 – 14.00h L16 étterem

Vacsora 18.00 – 21.00h L16 étterem

### **ESERNYŐ**

Esernyő kölcsönzés ingyenesen rendelkezésre áll a recepción, kérje kollégánk segítségét!

### **EXTRA ÁGYNEMŰ, TAKARÓ, PÁRNA**

Több típusú párna közül választhat (toll, szivacs, antiallergén, stb), valamint extra ágynemű, takaró, párna igényét jelezze a recepción (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **FÉNYMÁSOLÁSI- ÉS E-MAIL SZOLGÁLTATÁS**

Fénymásolás, a recepción kérhető, térítés ellenében.

Email küldés a recepción kérhető, térítésmentes.

### **FITNESS TEREM**

Szállodánk földszintjén fitness terem áll vendégeink rendelkezésére.

Nyitvatartási ideje: minden nap 8.00 – 20.00h

Eszközök: • 2 futópad • 1 cross trainer • 1 kerékpár

### **FOGORVOS**

Dr. Kasza Klára; Lenti, Kossuth u. 67. Tel.: +36 (92) 354 419, +36 (30) 366 8155

Dr. Mészáros Gabriella; Lenti, Ady E. u. 2. Tel.: +36 (92) 351 132

## FÜRDŐ- ÉS SPASZOLGÁLTATÁS

A szálloda saját spa-részlege a IV. emeleten található, nyitva tartás: 7.30 – 19.30h. Belépés gyerekeknek csak 12 éves kortól, alatta szülői / felnőtt felügyelet mellett.

Fedett gyógyfürdő nyitva tartása: 9.00 – 19.00h.

Strandfürdő nyitva tartása: 9.00 – 19.00h -Május – Szeptember hónapokban.

Élményfürdő nyitva tartása: 10.00 – 19.00h.

Szaunavilág nyitva tartása: 11.00-19.00h

Szállóvendégeknek ingyenes a belépés.

## FÜRDŐKÖPENY/PAPUCS

Szállóvendégeink részére ingyen elérhető a szobákban, elvesztésük esetén 7.000,- Ft / fürdőköpeny fizetendő kártérítés jogcímén.

A recepción külön kérésre térítés nélkül igényelhető papucs, kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

## GYEREKBARÁT SZOLGÁLTATÁSOK

Szállodánk a gyerekekre is gondolt, ezért számukra rendelkezésre áll: kiságy, etetőszék, gyerek étkezés és evőeszközök, valamint a tisztálkodáshoz: babakád, bili, fellépő stb. A szórakoztatásról XBOX, csocsó és társasjáték gondoskodik...

## GYÓGY- ÉS WELLNESS KEZELÉSEK

Vendégeink a Balance Resort Lenti - Medical Center-ben gyógykezeléseket és szolgáltatásokat vehetnek igénybe. A Gyógyfürdőben az I. emeleten található, további információk a Medical Center Recepcióján kapható (Hétfő – Szombat: 9.00 – 17.00h)

Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 9.00 – 17.00h

Időpont egyeztetéshez kérjük, forduljon a recepcióhoz (240-es vagy 250-es melléken).

A gyógyászati kezelésekről és wellness szolgáltatásokról részletes információkat a „Balance Medical Center” című fejezetben olvashat.

## GYÓGYSZERTÁR

Gyöngyvirág Gyógyszertár Lenti, Kossuth utca 4. Telefon: +36 (92) 351 383

Nyitva tartás: Hétfő - Péntek: 8.00 – 16.30h; Szombat 8.00 – 12.30h

Szent Mihály Gyógyszertár Lenti, Takarékné köz 10/A. Telefon: 36 (92) 351-035

Nyitva tartás: Hétfő - Péntek: 7.30 – 12.00h és 12.30 – 16.00h, Szo:7.30 – 12.30h.

## HÁZIÁLLAT

Szállodánk nem fogad háziállatokat.

## INTERNET / WIFI

A szálloda egész területén ingyenes WIFI hálózat működik. Kollégáink szívesen segítenek, ha technikai problémái merülnének fel.

## INTERNET TERMINÁL/ SZÁMÍTÓGÉP

Vendégeink számára internet-terminált biztosítunk nyomtatási lehetőséggel. Kérésre számítógépes eszközt biztosítunk. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **JÁTSZÓTÉR / JÁTSZÓSZOBA**

Szállodánk saját játszótérrel és játszószobával rendelkezik. A játszótér a szálloda parkjában található, megközelítés az L16 étterem teraszán keresztül. A játszószoba a szálloda recepciójával szemközt található. A termálfürdő szabadtéri és fedett részén is sok lehetőség várja a gyerekeket.

### **KERÉKPÁRKÖLCSÖNZÉS**

A recepción tudnak (korlátozott számban és térítés ellenében) kerékpárt kölcsönözni. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **KONFERENCIA TERMEK**

Szállodánk konferencia és rendezvénytermeiről részletes információkat a „Rendezvényhelyszín” című fejezetben olvashat.

### **KOZMETIKUS**

Vendégeink a Balance Resort Lenti - Medical Center-ben kozmetikaikezeléseket és szolgáltatásokat vehetnek igénybe. A Gyógyfürdőben az I. emeleten található, további információk a Medical Center Recepcióján kapható (Hétfő – Szombat: 9.00 – 17.00h)

Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 9.00 – 17.00h  
Időpont egyeztetéshez kérjük, forduljon a recepcióhoz (240-es vagy 250-es melléken).

### **LÉGKONDITIONÁLÁS**

A szálloda épületében a szobák, az étterem, konferencia termek és a közösségi terek légkondicionáltak. A szobai hőmérsékletet vendégeink a szobai touch panel-en keresztül szabályozhatják.

### **MANIKŰR/PEDIKŰR**

Vendégeink a Balance Medical Center-ben manikűr/pedikűrkezeléseket és szolgáltatásokat vehetnek igénybe. A Gyógyfürdőben az I. emeleten található, további információk a Medical Center Recepcióján kapható (Hétfő – Szombat: 9.00 – 17.00h)

Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 9.00 – 17.00h  
Időpont egyeztetéshez kérjük, forduljon a recepcióhoz (240-es vagy 250-es melléken).

### **MASSZÁZS/GYÓGYKEZELÉS**

Vendégeink a Balance Resort Lenti - Medical Center-ben masszázsokat, gyógykezeléseket és szolgáltatásokat vehetnek igénybe. A Gyógyfürdőben az I. emeleten található, további információk a Medical Center Recepcióján kapható (Hétfő – Szombat: 9.00 – 17.00h)

Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 9.00 – 17.00h  
Időpont egyeztetéshez kérjük, forduljon a recepcióhoz (240-es vagy 250-es melléken).

A masszázsokról és kezelésekről valamint wellness szolgáltatásokról részletes információkat a „Balance Medical Center” című fejezetben olvashat.

### **MŰSZAKI HIBA**

Kérjük, ha bármilyen műszaki problémát észlel, azt azonnal jelezze a szálloda recepcióján (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **„NE ZAVARJ!” TÁBLA**

Ha nyugalomra vágyik, tegye ki a „Kérem ne zavarjanak!” feliratú táblát, a szobaajtó külső kilincsére.

### **ORVOSI ÜGYELET**

Orvosi ügyelet Lenti, Templom tér 10. Tel. +36 (92) 351 911

Dr. Hetés Ferenc Rendelőintézet Lenti, Kossuth u. 10.

Nyitva tartás: Hétfő - Csütörtök: 7.30 - 15.30h; Péntek: 7.30 - 15.00h Tel.+36 92 351010

Kérjük forduljon a recepcióhoz (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **PARKOLÁS**

A szállodával szemközt található parkoló áll vendégeink rendelkezésére. (Sorompóval zárt, kamerával felügyelt, de nem őrzött parkoló).

### **POSTAI KÜLDEMÉNYEK TOVÁBBÍTÁSA**

Magyar Posta Lenti, Zrínyi utca 1. Nyitva tartás: Hétfő - Péntek 8.00 - 17.00h Szombat: 8.00 - 11.00h

Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **PROGRAMOK**

A szállodai és környékbeli programok megtalálhatók a szobában, illetve a recepción.

Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **RECEPCIÓ**

Szállodánkban 24 h-s recepciós szolgálat működik. Elérhetőség: 240-es vagy a 250-es melléken

### **REGGELI**

L16 Éttermében vehető igénybe, a szállodai szobaárak a büféreggelit tartalmazzák, igénybevétele a szobakártya felmutatásával történik.

### **SPORTESZKÖZÖK**

A recepción tudnak (korlátozott számban) Nordic walking botot (túra bot) és Smovey gyűrűt kölcsönözni. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **SZAUNA**

A szálloda saját spa-részlegén (IV. emelet) finn-, infra- és aroma szauna, valamint gőzkabin áll vendégeink rendelkezésére. Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 7.30 – 19.30h.

A Gyógyfürdő szauna centruma külön térítés ellenében vehető igénybe, amennyiben a lefoglalt szolgáltatáscsomag nem tartalmazza. Nyitva tartása: 11.00h – 19.00h.

A nyitvatartási idő változásának jogát fent tartjuk, az időszakos nyitva tartásokról érdeklődjön recepciós kollégánknál! (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **SZOBAKÁRTYA**

A szobaajtó nyitása és a szoba árammal való ellátása a szobakártyával történik. Kijelentkezéshez legyen szíves magával hozni. Elvesztése esetén 2.000,- Ft / db fizetendő kártérítés jogcímén.

### **SZOBASZÁMLA**

Az L16 és Oxigén éttermekben és a Lobby bár-ban történő fogyasztáskor a fizetendő összeget felterhelheteti szobaszámlájára. Ebben az esetben meg kell adnia szobaszámát, melyet szobakártyájával szükséges igazolnia, valamint aláírásával kell elismernie a fogyasztást.

## SZOBASZERVÍZ

Kérésére szobaszervízt biztosítunk, igényét 7.00 – 21.00h között a recepció (240-es mellék) vagy a Lobby Bar (270-es mellék) felé jelezze.

➤ 6.30 – 8.00h, valamint 21.00 – 22.30h között a **recepció** (240-es mellék) felé jelezze.

### Szobaszervíz ét- és itallap

Naturaqua ásványvíz (mentes / savas)	0,33 l	740,-
Coca Cola	0,25 l	740,-
Cappy narancs / alma	0,25 l	740,-
Fanta narancs	0,25 l	740,-
Kinley gyömbér / tonic	0,25 l	740,-
Heineken	0,5 l	1.390,-
Gösser citrom 0%	0,33 l	890,-
Sósogyoró	80g	790,-
Chips (sajtos / sós)	60g	690,-
El sabor nacho'n dip	175g	990,-

➤ 8.00 – 21.00h között a recepció (240-es mellék) vagy a **Lobby Bar** (270-es mellék) felé jelezze.

### Szobaszervíz Étlap

Lazacos szendvics	2.890,-
Balance burger hasábburgonyával	3.190,-
Club szendvics	3.190,-
Sajtos-sonkás panini	2.790,-
Friss kevert saláta pirított tökmaggal	1.590,-
Friss kevert saláta pirított tökmaggal és grillezett füstölt sajttal	2.790,-
Friss kevert saláta pirított tökmaggal és roston csirkemell csíkokkal	2.890,-
Görög saláta feta sajttal	2.690,-
Gesztenyepüré	1.590,-
Fagyi kehely	1.590,-
Oreo pohárkrém	1.790,-
Vénusz parfé	1.590,-

A feltüntetett árak nem tartalmazzák a szobaszervíz díját, melynek mértéke a rendelés értékének 20%-a.

## SZOBASZÉF

Minden szobában található szobaszéf (szekrényben).

### Széf zárása:

- Hajtsa be a széf ajtaját (tartsa benyomva).
- Üsse be a kódot, 4-6 számjegy között.
- Nyomja meg a LOCK (L) gombot
- Zárja be a széfet.

### Széf nyitása

- Adja meg a választott kódját
- A széfajtó kinyílik

**Fontos:** Távozáskor legyen szíves kinyitni a széfet.

## TAKARÍTÁS

Szükség esetén a szobai textíliákat cseréljük és a szobai szemeteseket kiürítjük. Amennyiben ezen felül külön takarítást szeretne, akassa ki a „Takarítást kérek!” táblát az ajtóra! Kérjük, hogy a zavartalan takarítás érdekében személyes tárgyait ne hagyja az ágyakon. Amennyiben személyes tárgyai az ágyakon maradnak, nem áll módunkban az ágyak napi takarítását elvégezni.



### **TALÁLT / ELVESZETT TÁRGYAK**

Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **TAXI-, TRANSZFERSZOLGÁLTATÁS**

Taxi-, transzferszolgaltatás igénybevételehez kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken)

### **TÁVOZÁS**

Elutazás napján kérjük, hogy szobáját 11:00 óráig elhagyni szíveskedjen. Csomagmegőrzés a recepción díjmentesen vehető igénybe (korlátozott számban). Szobakártyát a recepción legyenek szívesek leadni. Kijelentkezés elmulasztása esetén nappali szobahasználatot számolunk fel.

### **TELEFON**

**Híváskezdeményezés szállodán belül térítésmentes.**

Szobából szobába: „szobaszám” pl.: 110

Belső mellék hívása: „mellék” pl.: 240 vagy 250 – Recepció



**Szállodán kívüli, azaz külső vonal hívása emeldíjas!**

Belföldi hívás kezdeményezése: 0 06 + körzetszám + telefonszám

Külföldi / nemzetközi hívás kezdeményezése: 0 00 + országhívó + telefonszám

Tájékoztatjuk vendégeinket, hogy telefonbeszélgetéseket számítógépes rendszerünk automatikusan szobaszámlájára terheli. Percdíjakat a telefonnál található árlista tartalmazza.

### **TELEVÍZÓ / TV**

Minden szobához FLAT-TV tartozik előre beprogramozva. A rádióprogram esetén a képernyő elsötétül. A TV programlistája a TV alatt, az asztalon található. Bekapcsolás a „” gombbal, menüválasztó felületen az „OK” gombnál található „^” és „v” gombokkal; csatornakiválasztás „OK” gombbal; teljes képernyős nézetben a programválasztó gombokkal. Műsor / programkalauz a „GUIDE” gombbal, a Hotel Információ a „PORTAL” gombbal érhető el. Nyelvválasztás a Hotel információn belül a „” majd a „<” és „>” gombokkal.

### **TŰZ ESETÉN**

Tűzriadó esetén, kérjük, azonnal hagyja el a szobát a kijelölt menekülési útvonalaknak megfelelően! Tűz esetén a lift nem használható! Kérjük, hogy a szobaajtón kifüggesztett tájékoztatót figyelmesen olvassa el.

### **VACSORA**

L16 Éttermében vehető igénybe, a szobakártya felmutatásával. (Amennyiben szobafoglalása tartalmazza.) Ha szobafoglalása nem tartalmazza külön térítés ellenében igénybe vehető.

### **VARRÓSZOLGÁLTATÁS**

Igény szerint vendégeink részére külön térítés ellenében varrószoalgaltatást biztosítunk. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken) Megrendelés: 9:00-ig • Elkészül: 18:00-ig; Megrendelés: 9:00 után • Elkészül: másnap 18:00-ig.

### **VASALÁS / MOSATÁS**

A szolgáltatás igénybevételéhez használja a mosodai tasakot, illetve a vasalási / mosatási jegyzéket (a szekrényben található) és kérje recepció kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **VENDÉGELÉGEDETTSÉGI KÉRDŐÍV**

A véleményük nagyon fontos számunkra, ezért kérjük ossza meg velünk véleményét, hogy szolgáltatásainkat az Önök igényének megfelelően alakíthassuk.

### **VENDÉGPANASZ**

Kérjük, közvetlenül a recepción jelezze panaszát, mert csak ebben az esetben tudjuk az esetleges nem megfelelőséget javítani.

### **VÉSZKIJÁRAT**

A szobaajtón elhelyezett menekülési útvonal szerint.

### **VÍZ**

A csapból fogyasztásra alkalmas ivóvíz folyik.

### **WELLNESS**

Vendégeink a Balance Resort Lenti - Medical Center-ben wellnesskezeléseket és szolgáltatásokat vehetnek igénybe. A Gyógyfürdőben az I. emeleten található, további információk a Medical Center Recepcióján kapható (Hétfő – Szombat: 9.00 – 17.00h)

Nyitva tartás: Hétfő - Vasárnap 9.00 – 17.00h  
Időpont egyeztetéshez kérjük, forduljon a recepcióhoz (240-es vagy 250-es melléken).

A gyógyászati kezelésekről és wellness szolgáltatásokról részletes információkat a „Balance Medical Center és a Wellness” című fejezetekben olvashat.

## **Szállodai SPA / FITNESS**

### **Szállodánk saját SPA részlege a IV. emeleten található.**

- masszírozó vízugarakkal felszerelt medence
- panorámaterasz pihenőágyakkal
- masszázs szobák

### **Szaunák és kabinok**

- Finn és infrasauna
- Gőz és aromakabin

A rendszeres szaunázás nemcsak a személyes jó közérzetet javítja, hanem pozitív hatást gyakorol az egészségünkre is.

- Felpezsdíti a test vérellátását
- Csökkenti az izommerevséget, izomfeszülést
- Tisztítja a bőrt
- Felfrissíti a testet.

Vendégeink testi-szellemi közérzete fontos számunkra.

Nyitva tartás: minden nap 7.30 – 19.30h.

### **Fitness termünkben alábbi TechnoGym kardió gépek találhatóak:**

- 2 futópad
- 1 cross trainer
- 1 kerékpár

Nyitvatartási ideje: minden nap 7.00 – 20.00h

Tájékoztatjuk vendégeinket, hogy minden szállodai eszközt és szállodai szolgáltatást saját felelősségükre vehetnek igénybe! Gyerekeknek belépés csak 12 éves kortól, szülői / felnőtt felügyelet mellett.

### **Füüdőszolgáltatás**

Fedett gyógyfürdő nyitva tartása: 9.00 – 19.00h.

Strandfürdő nyitva tartása: 9.00 – 19.00h -Május – Szeptember hónapokban.

Élményfürdő nyitva tartása: 10.00 – 19.00h.

Szaunavilág nyitva tartása: 11.00 – 19.00h

Szállóvendégeknek a fürdőszolgáltatás ingyenes, megközelítés a szálloda I. emeletén keresztül (a recepción kapott chip-es karórával). A Gyógyfürdő szauna centruma külön térítés ellenében vehető igénybe, amennyiben a lefoglalt szolgáltatáscsomag nem tartalmazza. Kérje recepciós kollégánk segítségét (a 240-es vagy 250-es melléken).

### **Balance Medical Center**

A **Balance Medical Center** 2022. szeptember 15-én nyitotta meg kapuit... Az újonnan megnyíló egészség- és gyógyászati centrum, egy helyben kínálja a gyógyulás, rekreáció és szépségápolás legforradalmibb szolgáltatásait modern és exkluzív környezetben. A klasszikus fürdőgyógyászati és wellness kezelések mellett a centrum zászlóshajója az egyedülálló hiperbár oxigénterápia.

A **hiperbár oxigénterápiás** kezelés során a résztvevők 100% tisztaságú oxigént lélegeznek be megnövelt nyomás alatt egy túlnyomásos kamrában. A terápia alkalmazási területe roppant széleskörű, megannyi krónikus állapot és betegség kezelése mellett kiemelendő **anti-aging** hatása is. Bizonyítottan ajánlott **post-covid** tünetek kezelésére, akut sportsérülésekre, valamint olyan krónikus betegségek terápiája esetén is ajánlják, mint a **diabéteszes sebek, bakteriális fertőzések, fülzúgás, lyme-kór vagy egyes daganatos betegségek**. Javítja továbbá az immunrendszer működését, fokozza az energiaszintet, növeli az állóképességet.

A különleges rekreációs kezelésekből akár komplex immunerősítő vagy aktívan sportolók számára a regenerálódást elősegítő csomagok is személyre szabottan összeállíthatóak. A hidegterápia (**krio-szauna**) segítségével az extrém alacsony hőmérséklet hatására a szervezet védőmechanizmusai rögtön aktiválódnak. A jeges élmények után érdemes beiktatni egy igazán relaxáló programot. A **float-spa** kapszulában igazi sós vízben tapasztalható meg a súlytalan lebegés élménye. A pihentető 30 vagy 60 perc alatt a szervezet mentesül a gravitáció terhelése alól, így a teljes ellazulás és mentális kikapcsolódás színtere lehet a kezelés.

Munkatársaink a kezeléseket az exkluzív **Germaine de Cappuccini** termékeivel végzik, a márka spa programjában a fókusz a test a szellem és a lélek teljes felfrissülésén vannak. A magas hatóanyagtartalmú, kellemes texturájú masszázsolajok, peelingek és kádfürdők azonnali kikapcsolódást és luxus spa élményt biztosítanak vendégeinknek.

A fürdőhely minősített gyógyvize, az innovatív rekreációs és gyógyászati kezelések, valamint a szálloda hármaskombinációja garantálja, hogy a jövő wellness oázisa Lentiben van.

A Balance Medical Centerben igénybe vehetőek a **NEAK által támogatott gyógykezelések** is. A NEAK kóddal rendelkező fürdőgyógyászati kezelések TB által támogatottak, ennek megfelelően vendégeinknek, a kezelés igénybevételekor a kiegészítő díjt kell fizetniük. Támogatásra azon vendégek jogosultak, akik szakorvosi (reumatológiai) beutalóval érkeznek.

- Gyógyvizes medencefürdő (01)
- Iszappakolás (03)
- Súlyfürdő (04)
- Szénsavas kádfürdő (05)
- Orvosi gyögmasszázs (06)
- Víz alatti sugármasszázs (07)
- Víz alatti csoportos gyógytorna (08)

## Vendéglátás

**Balance Gasztronómia** kínálat jellemzője: a nemzetközi arculat, ám egyben regionális konyha, melyhez régióink friss és helyi biotermékeit használjuk fel, modern konyhatechnológiai eljárással, kíméletes módon elkészítve -valós kulináris élvezetet varázsolva vendégeink számára.

A mai kornak megfelelő korszerű eljárásokat és a hagyományos recepteket ötvözve állítottuk össze L16 Éttermünk ételkínálatát. Újvilági és a történelmi borvidékeink borkínálatával teremtünk egységes harmóniát a kulináris élvezet és az éttermünkben töltött idő között.

### Az L16 étterem szolgáltatásai:

A főétkezések szállodánkban hideg és meleg ételekből álló, büfé jellegű ellátást foglalják magukban (kivétel, ha a vendégek létszáma egy étkezés esetében 20 fő alatt van, ebben az esetben négyfogásos menüválasztásos ebédet / vacsorát kínálunk).

A **félpanziós ellátás** – vagyis a napi kétszeri étkezés, azaz reggeli és vacsora – minden esetben az érkezés napján vacsorával kezdődik és az elutazás napján reggelivel fejeződik be.

A **teljes panziós ellátás** – vagyis a napi háromszori étkezés, azaz reggeli, ebéd, vacsora – minden esetben az érkezés napján vacsorával kezdődik és az elutazás napján reggelivel fejeződik be.

### Étkezések:

- Reggeli: 7.30 - 10.00h
- Ebéd: 12.00 - 14.00h (teljes panziós ellátás estén)
- Vacsora: 18.00 - 21.00h (fél- és teljes panziós ellátás estén)

Minimál art hangulatban berendezett **Lobby bárunk** tökéletes választás egy nyugodt, kellemes beszélgetéshez. Házi cukrászatunk édes remekei mellett, nemcsak a kitűnő magyar pálinkákat, hanem a világ legjobb koktéjlait, Ronnefeldt tea- és Hausbrandt kávé-, valamint blended és single malt wiskey-különlegességeit kínáljuk.

Nyitvatartási ideje: minden nap 10.00 – 22.00h

A gyógyfürdőben kialakított **Oxigén éttermünk** kínálatában, olyan ételek és italok szerepelnek, amelyet élmény elfogyasztani a fürdőzés közben -legyen Ön a szálloda vagy akár csak a fürdő vendége. Az önkiszolgáló étterem ételekkel (levesek és főételek köretekkel), rostos és szénsavas üdítőitalokkal, csapolt sörrel várja a vendégeket.

Nyitva tartási ideje: minden nap 10.00-17.00 h (Konyha: 12.00-16.00h)

### Rendezvényhelyszín

A Thermal Hotel Balance\*\*\*\* Lenti elhelyezkedése, **konferencia és rendezvény**-szolgáltatások tekintetében kiváló adottságokkal rendelkezik:

- konferenciák,
- csapatépítő tréningek,
- céges partnertalálkozók,
- céges családi napok,
- esküvők, családi események és rendezvények megtartására.

A 146 négyzetméteres **Veritas** és 83 négyzetméteres **Novitas** konferenciatermeink 2-2 részre szekcionálhatóak, természetes megvilágítással rendelkeznek és a mai igényeket kielégítő konferenciatechnikával felszereltek, a szélessávú korlátlan internetelés segíti a kommunikációt a Hotel egész területén.

Rendezvénytermek	Veritas I-II. szekció	Veritas I. szekció	Veritas II. szekció	Novitas I-II-III. szekció	Novitas I. szekció	Novitas III. szekció	Novitas I-II. szekció	Novitas II-III. szekció
<b>Befogadóképesség berendezések szerint (fő)</b>								
<b>Színházszerű</b>	140	80	60	100	40	25	70	70
<b>Iskolászerű</b>	60	40	40	40	20	-	30	30
<b>„U” alak</b>	45	30	30	30	15	-	24	22
<b>Karám</b>	50	35	35	35	20	-	30	28
<b>Workshop</b>	72	36	36	64	32	16	48	44
<b>Tárgyaló</b>	44	24	24	26	16	14	20	20
<b>Kerek asztalokkal</b>	100	50	50	70	-	-	60	50

A Thermal Hotel Balance\*\*\*\* Lenti szolgáltatásai, valamint számos külső helyszíni **outdoor** lehetőséget kínál leendő partnerei számára:

- Éjszakai túrázás vagy laktanya látogatás bátorságpróbával
- Erdei kisvasút, akár gőzmozdonnyal
- Paintball a zajdai laktanyában
- Márokföldi kalandpark
- Barangolás a szomszédos tájakon, akár országhatárokat átszelve (Szlovénia, Horvátország, Ausztria)
- vagy csak egyszerűen két keréken, a vidéken

## Tűzvédelmi szabályok

A Thermal Hotel Balance Lenti épülete biztonságos használatra alkalmas. Kérjük, hogy a biztonság fenntartása érdekében az alábbi tűzvédelmi óvintézkedéseket Ön is tartsa be!

### A szobákra és a kapcsolódó helyiségekre vonatkozó szabályok:

- Pirotechnikai anyagot, éghető folyadékot, gázpalackot (azzal üzemeltethető berendezést) ne vigyen be, illetve ilyen jellegű eszközöket ne használjon.
- Kávéfőzőt, rezsót, vasalót, egyéb hőt termelő berendezést (pl.: egyedi fűtőberendezést) ne használjon.
- Csak kifogástalan állapotban lévő elektromos berendezéseket használjon; a TV-t, rádiót a szobából történő távozáskor kapcsolja ki, ha a hajsütővas, villanyborotva, hajszárító használatára már nincs szükség, válassza le azt a hálózatról.
- Ha valamely berendezésnél hibás működést észlel, azt azonnal kapcsolja ki, és jelezze a problémát a recepción.
- A lámpatestre éghető anyagú dekorációt, árnyékvetőt ne tegyen, nyílt lángú világítóeszközt ne használjon.

### Tűz vagy füst esetén a következők szerint járjon el:

- A tűzjelző berendezés folyosón lévő kézi jelzésadója üveglapjának beütésével vagy telefonon azonnal értesítse a recepciót (240-es mellék).
- Ha a tűzjelző sziréna megszólal, kövesse a szoba ajtaján található piktogram által jelzett menekülési útvonalat. Kérjük, a szobát azonnal hagyja el.
- Az Ön által eloltott tüzet is késedelem nélkül jelezze!
- Az épületet a természetes közlekedési útvonalakon (folyosó, lépcső) keresztül hagyja el.
- Tűz esetén a lift használata TILOS!
- Ha Ön észleli először a tüzet, haladéktalanul értesítse a recepciót (240-es mellék).
- Felhívjuk a figyelmét a pánikmentes közlekedésre, mert így sokkal gyorsabb az épület kiürítése.
- Amennyiben az épület elhagyása akadályba ütközik, gondoskodjon a helyiség füstmentesítéséről az ablak kinyitásával és az ajtórések betömítésével.
- Gátolja a tűz helyiségbe való bejutását az ajtó vízzel locsolásával.
- Védekezzen a füst ellen a szája elé tett nedves kendővel.

Köszönjük, hogy megelőző óvintézkedéseinket betartotta, biztosítva ezzel az Ön és más szállóvendégek zavartalan pihenését.