

Alta löydät Apollo Silveriin sisältyvän räätälöidyn viikko-ohjelman. Huomioithan, että aikataulu on **alustava esimerkki** siitä, miltä viikko-ohjelma näyttää, ja todelliset retket ja aktiviteetit vaihtelevat matkakohteesta riippuen.

Silver Training – treeniaikataulu Kreetalle syksyllä:

Maanantai

Cold water swimming klo 8.00

Pilates klo 17:00

Tiistai

Aamujooga klo 8.00

Circle Training klo 17:00

Keskiviikko

Tabatha klo 9:00

Powerwalk klo 16:00

Torstai

Yin jooga klo 09.30

Aqua klo 15:00

Perjantai

Aamukävely klo 09.00

Stretch & Relax klo 17.00

Sunnuntai

Jooga klo 09.30

Powerwalk klo 17.00

Apollo Silver retkiohjelma Kreetalle syksyllä:

Maanantai – Tutustu Kreetan perinteisiin vuoristossa

Maanantaisin pääsemme kolmen eri pysähdyksen kautta tutustumaan Kreetan kulttuuriin ja perinteisiin. Retki alkaa Apteran näköalapaikalta 200 metriä merenpinnan yläpuolelta, josta on upeat maisemat. Sen jälkeen pysähdymme Armeniassa, kreetalaisessa kylässä, jossa nautimme virvokkeita valtaviin puiden katveessa joen rannalla. Päivä päättyy Lemon Tree Tavernaan, jossa tutustutaan historiaan 900-vuotta vanhan kirkon alueella ja nautimme myös hyvästä ruoasta. Kierroksen jälkeen nautimme lounaan kreikkalaisessa hengessä ennen hotellille paluuta.

Keskiviikko – Gurmeeta, gastronomiaa ja viiniä

Tällä eksklusiivisella opastetulla kierroksella tutustumme idän Venetsiaan, eli Haniaan. Retken aikana kuljetaan sata vuotta vanhan kaupungin kaduille, kunnes saavumme Taverna Salisille Hanian venetsialaisen sataman vieressä. Tavernassa nautimme kolmen ruokalajin meze-valikoiman, jotka on suunniteltu jaettavaksi, ja jonka avulla pääset maistelemaan kreetalaisen keittiön parhaita paloja. Ruoan kanssa maistellaan tietysti myös Hanian alueella tuotettuja viinejä.

Perjantai – Kreetan makuja Anoskelissa

Perjantaina palaamme vuoristoon, paikalliseen Anoskelin kylään, joka sijaitsee 250 metriä merenpinnan yläpuolella. Anoskeli on tunnettu arvostetusta oliiviöljystään. Mukava henkilökunta kertoo ensin öljyn tuotannosta ja prosesseista, jonka jälkeen ryhdymme itse valmistamaan oliiviöljyä, jota nautitaan myöhemmin Anoskelissa tuotetun leivän, välipalojen ja viinien kanssa. Kotimatalla pysähdymme Vouvesissa, josta löytyy maailman vanhin oliivipuu oliivimuseon vieressä.