

# *Kauttuan Ruukinkartanon*

# **AURINGONNOUSU**

## **SU 16.3.2025**

**ASAHI JA ÄÄNIMALJARENTOUTUS KLO 10.30–12.00**  
**BRUNSSI KLO 11.00–14.00**  
**SUNDAY SPA KLO 12.00–16.00**

**Osoite: Kauttuan Ruukinkartano, Sepäntie 3, 27500 Kauttua**

**Tervetuloa historialliseen ruukkimiljööseen Euran Kauttualle hyvän olon ja brunssin merkeissä**

Asahi on japanin kieltä ja tarkoittaa auringonnousua. Auringonnousu -ohjelmamme kesto on 1 h 30 min. Kehoa virkistävät, terveyttä edistävät liikesarjat sopivat kaikenikäisille ja -kuntoisille – ne voidaan suorittaa myös tuolilla istuen. Ihastu lempeän liikkeen hyvää tekevään voimaan. Tunnin pituisen Asahi-harjoituksen jälkeen vuorossa on puolituntinen äänimaljojen soinnille ja ihanalle rentoutumiselle. Voit halutessasi tuoda mukanas villasukat, jumppamaton ja viltin. Kartanon sunnuntaibrunssilta ammennat energiaa ja voimaa herkullisten ruokien äärellä.

### **Ohjelma**

Auringonnousun klo 10:30 – 12:00 ohjaa Ulla Sundvall. Juhlasaliin kulku portaita pitkin. Ohjelman hinta: 20 € / hlö. Ilmoittautumiset: myynti@kauttuanruukki.fi tai p. 010 340 7700  
Maksu ohjaajalle paikan päällä: Käteinen, korttimaksu, ePassi, Edenred, Smartum

### **Brunssi**

Suosittellemme myös varaamaan pöydän kartanobrunssille (29 €) Kauttuan Ruukinkartanosta: myynti@kauttuanruukki.fi (ilmoitathan myös erityisruokavaliosi)

### **Sunday Spa**

Sunday Spa on uusi palvelumme rentouttavaa yksilöhoitoa kaipaaville. Varaa aikasi sunnuntaille 16.3. johonkin seuraavista:  
Klassinen hieronta 30 min./29 €, 45 min./38 € // Stressiniskahieronta 45 min./45 €.  
Hunajahieronta 45 min./45 € // Jalkapohjashiatsu 55 min./45 €  
Ajanvaraus: Ulla Sundvall 050-595 7535 (kysy myös muista hoitovaihtoehtoista)