**Místo pobytu**

Oblíbené lázeňské město Luhačovice leží na jižní Moravě, asi 20 km jihovýchodně od Zlína. Rozkládá se v údolí, jehož nadmořská výška je minimálně 250 m n. m. Východní a jihovýchodní část okolí Luhačovic je součástí Chráněné krajinné oblasti Bílé Karpaty. Okolí Luhačovic patří do jedné z deseti oblastí s nejlepším životním prostředím v České republice. Zdejší lesnatá krajina tvoří plynulý přechod mezi kopcovitým Valašskem a rovinatým Slováckem. Ráz krajiny dotváří přehradní nádrž, jejíž prvotním úkolem bylo zamezení povodním a která je dnes využívána hlavně k rekreačním účelům. Význam tohoto místa je spojen s 300-letou tradicí lázeňské léčby, která místu vtiskla neopakovatelnou atmosféru výjimečné architektury lázeňských domů, které jsou dílem slovenského architekta Dušana Jurkoviče, jenž se nechal inspirovat lidovou architekturou Valašska. Dlouholetá tradice lázeňské léčby, založená na využití léčebného účinku zdejších přírodních minerálních vod, zařadila Luhačovice mezi nejznámější lázeňská místa. Kromě lázeňské léčby a minerálních pramenů nabízejí Luhačovice svým hostům možnost aktivního odpočinku v krásném přírodním prostředí.

**Hotel Harmonie**

Hotel Harmonie (dříve hotel Fontána) se nachází na okraji lázní Luhačovice, 10 minut do centra lázní Luhačovice, 5 minut pěšky k Luhačovické přehradě, je obklopen lesy. Hotel nabízí dvoulůžkové pokoje s vlastním sociálním zařízením, SAT/TV a Wi-Fi zdarma. V hotelu je kongresový sál, který bude využit pro cvičení. V hotelu je výborně vybavené Relax centrum, jehož součástí je vyhřívaný hotelový bazén o rozměrech 6x12x1,2m s teplotou vody od 26 do 28 °C, whirlpool, sauna, široká nabídka masáží a zábalů. Specialitou Relax centra je kryokomora.

**Kryoterapie**

Kryoterapie je bezbolestná léčebná metoda, při které se organismus na krátkou dobu vystaví extrémně nízkým teplotám, což vyvolá pozitivní fyziologickou reakci organismu. Celá procedura trvá zhruba 3 minuty a výsledkem je vytvoření obranyschopnosti, okamžitý ústup bolesti, urychlení hojení ran, léčba zánětu a celkové zpomalení procesu stárnutí. Kryoterapie se úspěšně používá např. při léčbě akutní bolesti, migrény, revmatických nemocí, dny, roztroušené sklerózy, lupénky, celulitidy a pro rehabilitaci a zvýšení celkové výkonnosti sportovců.

**Doprava**

Luhačovice jsou dosažitelné vlakem i autobusem. Hotel Harmonie je od nádraží vzdálen asi 3 km a je dosažitelný autobusovou linkou. Autobus jezdí přímo k hotelu – Luhačovice zotavovna Fontána. Jízdní řády naleznete na stránkách: <http://jizdnirady.idnes.cz/autobusy/spojeni/>. U nádraží je rovněž možné objednat k cestě do hotelu taxi (tel. 737333459). Pokud použijete k dopravě osobní automobil, budete moci parkovat zdarma v bezprostřední blízkosti hotelu. Detailní informace o všech možnostech spojení lze nalézt na internetové adrese www.idos.cz.

Tipy na výlety:

Turistické trasy najdete na http://zlin.cz/index.php?ID=8186   
Výlet přes Řetechov k Jezírku lásky a do Luhačovic   
Celodenní výlet Radhošť, Pustevny   
Řetechov - po žluté na Malenisko – křížová cesta, po zelené - zřícenina hradu, po modré - zpět přes hráz a Jurkovičovou alejí do Luhačovic

Bojkovice - 15 km

Leží v CHKO Bílé Karpaty. První písemná zmínka o městě je z roku 1362. Ve městě je barokní kostel sv. Vavřince z let 1651 - 1656. Najdete zde zámek Nový Světlov - byl původně gotickým hradem. Za pozdějších majitelů byl hrad přestaven v renesančním slohu. O 37 později přešel do vlastnictví Serenyiů. Na počátku 19. století panství kupuje Z. Haugvicová a její dcera nechala zámek přestavět v tudorském slohu. Kolem zámku se nachází anglický park se sousoším dominikánských světců. V roce 1948 byl zámek zestátněn, v jedné části je muzeum Bojkovicka (otevřeno na zazvonění). www.bojkovice.cz

Kroměříž - 55 km

Leží v Hornomoravském úvalu. Město bylo již ve 13. století reprezentativní biskupskou rezidencí. Biskup Karel II Lichtenštejn z Kastelkornu a architekt Filibert Luchese dali rovněž vyniknout Květné zahradě, která je svým architektonickým řešením i bohatou květinovou výzdobou opravdovým unikátem. Tyto skutečnosti ocenila organizace UNESCO a zapsala zámek se zahradou v roce 1998 na Seznam světového dědictví UNESCO. Zámecká prohlídka nabízí návštěvu vzácných interiérů. Je možno navštívit i Podzámeckou zahradu bohatou na různé druhy dřevin a architektonické zajímavosti. K architektonickým skvostům patří kroměřížské kostely. K nejvýznamnějším patří chrám sv. Mořice, kostel sv. Jana Křtitele a farní kostel Blahoslavené P. Marie. Ve městě se nachází Muzeum Kroměřížska, Muzeum moravského mincovnictví.   
www.mesto-kromeriz.cz

Slavičín - 13 km

Leží v jv. části Vizovické vrchoviny. První zmínka o obci je z roku 1256. Dominantami města je barokní zámek z roku 1750 s anglickým parkem, postavený na místě staré gotické tvrze - (nepřístupný). Původně gotický kostel sv. Vojtěcha ze 13. století byl po požáru v 18. století barokizován. Ve Slavičíně se nachází lesopark s dřevěnými sochami.   
www.mesto-slavicin.cz

Smraďavka - 45 km

Asi 1,5 km jihozápadně od Buchlovic jsou v údolí Dlouhé řeky minerální sirovodíkové prameny, majitel Buchlova Leopold Berchtold zde v roce 1866 vybudoval lázně Leopoldov. Sirná, hydranouhličitano-sodná voda se používá ke koupelím při léčení revmatických, případně kožních onemocnění.   
www.laznebuchlovice.com

Staré Město - 35 km

Bývalé centrum Velkomoravské říše, nachází se zde Památník Velké Moravy - archeologická lokalita s cennými vykopávkami z 9. a 10. století.   
www.staremesto.uh.cz

Strání-Květná - 34 km

Leží ve střední části Bílých Karpat. Obec je poprvé zmiňována roku 1358 jako městečko s tvrzí a farou. Tvrz byla zbořena a v 17. století zanikla. Kostel povýšení sv. Kříže byl roku 1760 rozšířen a roku 1953 renovován. Památkou lid. architektury je dům čp. 86 a stodoly domů 85, 86,115 a 117. Lichtenšteinové založili roku 1763 sklárnu, kolem které vyrostla obec Květná, dnes součást Strání. www.strani.cz

Vizovice - 20 km

Leží na úpatí Vizovické vrchoviny. První písemná zmínka je z roku 1261. Barokní zámek je proslulý bohatými interiéry a obrazárnou s díly nizozemského malířství. Vizovice prosluly výrobou pálenek. První pálenice se připomíná v roce 1603. Pozdější průmyslová výroba slivovice byla spojena především s obchodní značkou R. Jelínek. Další specialitou tohoto města je výroba figurálního vizovického pečiva. Vizovický farní kostel sv. Vavřince pochází z roku 1792. Na katastru Vizovic je 5 chráněných sirných pramenů, které byly v minulosti využívány k léčebným účelům. Město je obklopeno sítí značených cest. Zdatnější cyklisté mohou využít husté sítě cyklistických tras. www.mestovizovice.cz

Vlčnov - 19 km

Leží ve Vizovické vrchovině v Hlucké pahorkatině. Typická slovácká obec je poprvé zmíněna k roku 1264 zmínka o faře je z roku 1373. V obci bývala tvrz a opevněný , původně got. kostel. Zachoval se z něj pouze portál pod věží. Dnešní kostel sv. Jakuba Staršího je z roku 1779. V obci jsou vinice a vinné sklepy.Udržuji se zde lidové tradice, proslulá je jízda králů na konci května.   
www.vlcnov.cz