

Vážený hosté,

velice mě těší, že vás mohu nejen jménem svým, ale i všech mých kolegů, přivítat u nás pod Lysou horou v Rekreačním centru Sepetná. Všichni budeme dělat maximum proto, aby byly vaše chvíle strávené u nás co nejhezčí a nejpříjemnější.

Budete-li mít nějaká přání, neváhejte nás kontaktovat. Budeme také rádi, když nám z vašeho pobytu dáte zpětnou vazbu. Díky připomínkám a podnětům se můžeme neustále zlepšovat. Pokud k nám jezdíte pravidelně, tak vám určitě doporučuji registraci do věrnostního programu RC Sepetná. Získáte tak různé výhody a speciální nabídky jen pro členy.

Přeji vám příjemné chvíle strávené v Rekreačním centru Sepetná.



Ing. Jana Ehnes  
ředitelka RC Sepetná

## Kontakty

### **Hotel a bungalovy Sepetná - recepce**

Tel.: +420 603 852 111

E-mail: [sepetna@sepetna.cz](mailto:sepetna@sepetna.cz)

### **Penzion Sluníčko a chata Měsíček - recepce**

Tel.: +420 603 852 100

E-mail: [slunicko@sepetna.cz](mailto:slunicko@sepetna.cz)

### **RelaxCentrum Sepetná**

Tel.: +420 736 503 014



## A

### A - Aktivity a výlety v okolí

Rekreční centrum Sepetná najdete v krásném prostředí mezi dvěma nejvyššími vrcholy Moravskoslezských Beskyd, **Lysou horou** (1323 m n. m.) a **Smrkem** (1276 m n. m.). Je tak ideální základnou pro turistiku ve všech podobách. Rádi vám poradíme, kam v okolí vyrazit pěšky, na kole nebo v zimě na běžkách. Na recepci pro vás máme k dispozici mapu okolí zdarma. Je to mapa stezek **Po medvědích tlapkách**, které jsou projektem místního spolku podnikatelů v cestovním ruchu Beskydhost. Největším lákadlem je ale určitě Lysá hora. Ze Sepetné nebo Sluníčka si můžete udělat 12km okruh, kdy třeba nahoru stoupáte celou trasu po červené a na zpáteční cestě pak z Lukšince pokračujete po zelené a následně z Albínova náměstí k hotelu po modré turistické značce.

### Další tipy v Ostravici

Přímo “na Sepetné”, jak se říká této části obce Ostravice, je **lanové centrum Opičárna**, které je v provozu v letních měsících. Rodinám s dětmi doporučíme **Ráj dřevěných soch** u obecního úřadu, kde místní řezbář vystavuje více než 80 vyřezávaných zvířat a různých pohádkových postav. Nedaleko od hotelu a penzionu najdete malé **obory s daňky**. Pokud máte rádi pivo, tak se určitě vydejte do místního **Beskydského pivovárku**, jehož nepasterizované a nefiltrované pivní speciály patří mezi nejlahodnější v Beskydech. S Ostravicí je také spojen básník **Petr Bezruč** a vy zde můžete navštívit srub, kde pobýval. Nově si můžete v Ostravici během zimy zabruslit na **ledové ploše** u školy (pozn. není zde půjčovna bruslí).

V Beskydech můžete provozovat i celou řadu dalších aktivit - golf, paragliding, je zde několik jízdáren nebo třeba zajímavé okruhy pro in-line bruslení. Můžete také vyrazit na výlet na Pustevny, na Bílou, případně do různých muzeí, skanzenů a expozic, navštívit hrad Hukvaldy, frýdecký zámek, Trúbu ve Štramberku či se podívat na krajinu z několika rozhleden. Možností je mnoho. Určitě se tady u nás v regionu nudit nebudete.

Tento hotelový průvodce však nemá ambice být průvodcem turistickým. Rádi vám poradíme na recepci kam vyrazit nebo se můžete informovat o možnostech aktivit v okolí v turistických



informačních centrech. Snažíme se také publikovat tipy na výlety a akce na našem informačním webu [www.poznavajteBeskydy.cz](http://www.poznavajteBeskydy.cz).

Přímo v centru obce, naproti areálu pily u železničního přejezdu, se nachází **Informační centrum Ostravice**.

Ostravice 400, Ostravice

Tel.: +420 558 682 115

Web: [www.infocentrumostravice.cz](http://www.infocentrumostravice.cz)

Pobočky Beskydského informačního centra: Frýdlant nad Ostravicí, Frýdek-Místek. Více na [www.beskydyportal.cz](http://www.beskydyportal.cz).

### **Další služby RC Sepetná pro aktivní turisty:**

- zdarma vám půjčíme hole na nordic walking
- za poplatek vám půjčíme batoh, v zimě nesmeky (vybavení máme v omezeném množství)
- na recepci je možné zakoupit podrobnější mapu Beskyd, ale také turistické známky či vizitky
- připravíme vám svačिनové balíčky na výlet (objednávky na recepci dle nabídky)

## A - Animační program

Do pobytových balíčků zařazujeme během školních prázdnin, velikonočních svátků, silvestrovských pobytů a některých vybraných víkendů doprovodný animační program. Jsou období, jako například jarní prázdniny, kdy je zaměřen více na děti, ale třeba v létě nabízíme spoustu aktivit i pro dospělé. Naši animátoři připravují program tak, aby se naši hosté dobře pobavili, vyzkoušeli zajímavé a často i netradiční aktivity a poznali okolí během různých výletů a procházek.

Doprovodný program a teambuildingové aktivity nabízíme i organizátorům a účastníkům firemních akcí, konferencí a kongresů.



### A - Autoservis

#### **Autoservis Pavel Melo**

Ostravská 382, Frýdlant nad Ostravicí

Tel.: +420 604 742 592

#### **Autoservis Kurečka**

Ostravice 158, Ostravice

Tel.: +420 605 104 151

## B

### B - Bankomaty

Nejbližší bankomaty od RC Sepetná.

#### **Bankomat Komerční banky**

Ostravice 190 (Hotel Freud – vzdálenost cca 2,5 km), Ostravice

#### **Bankomat České spořitelny**

Elektrárenská 66, Frýdlant nad Ostravicí

#### **Bankomat ČSOB**

Hlavní 1485, Frýdlant nad Ostravicí

#### **Bankomat Moneta Money Bank**

Hlavní 45, Frýdlant nad Ostravicí

(bankomaty ve Frýdlantě nad Ostravicí jsou od RC Sepetná vzdálené cca 8 km)



### B - Bazén

Krytý bazén s **90metrovým toboganem**, whirlpoolem, parní kabinou, dětským bazénkem a dalšími atrakcemi se nachází v budově RelaxCentra Sepetná (z hotelu cca 100 metrů koridorem, v zimě nevytápěným; z penzionu cca 1 km).

Bazén je v provozu denně od 10 do 21 hodin. O případných omezeních a sanitárních dnech hosty informujeme. Ručníky si prosím vezměte z pokoje, na místě jsou k dispozici pouze za poplatek. Za každý klíč ke skříňce v šatnách se platí vratná záloha 100 Kč (pouze v hotovosti, nelze platit kartou). Tuto zálohu platí i ubytovaní hosté. Děkujeme za pochopení.

V letních měsících je v provozu také koupaliště Sluníčko (K - Koupaliště Sluníčko)

### B - Beskydské hudební léto

Festival Beskydské hudební léto, který pořádáme už řadu let v areálu penzionu a koupaliště Sluníčko, nabízí fantastickou atmosféru **open air koncertů** předních českých a slovenských hvězd v samém srdci přírody.

Pro více informací o jednotlivých koncertech navštivte webové stránky festivalu **[www.beskydskehudebnileto.cz](http://www.beskydskehudebnileto.cz)**

### B - Běh

Toho boomu si nelze nevěšmnout. Soudě podle množství závodů organizovaných ve zdejším regionu, ale i počtu těch, kteří kolem vás v krásné beskydské krajině nejdou pěšky, ale běží, je tato **destinace běhu zaslibená**. Zvláště pak nejvyšší vrchol Moravskoslezských Beskyd. Lysá hora přitahuje běžce jako magnet.

Ve spolupráci s místním rodákem Janem Zemaníkem, který je českým reprezentantem ve skyrunningu, jsme pro vás připravili mapy jeho oblíbených tréninkových tras v okolí Lysé hory.





# RC Sepetná

## od A do Z

Trasy jsou pro vás k dispozici zdarma na recepci. Stačí si nahrát GPX soubory do hodinek či mobilu a můžete běžet.

RC Sepetná je také každoročně v lednu základnou **extrémního závodu LH24**, kdy účastníci zdolávají 24 hodin vrchol Lysé hory v kategoriích jednotlivců a dvojic. Více na [www.lh24.cz](http://www.lh24.cz).

### B - Boby a sáně

Na recepci si zdarma můžete zapůjčit boby či sáně a vydat se na kopec do areálu koupaliště penzionu Sluníčko.

V případě dostatečné sněhové pokrývky je v provozu také půjčovna bobů v Dřevjance U Zbujá, kde si boby za poplatek zapůjčíte a vrátit je můžete pod kopcem v recepci hotelu Sepetná. Provozovatelem služby je Dřevjanka U Zbujá.

## Č

### Č - Čerpací stanice

Nejbližší čerpací stanici pohonných hmot najdete na výjezdu z Ostravice za panelovými domy směrem k přehradě Šance.

#### **Samoobslužná čerpací stanice, non-stop provoz**

Spa for Cars

Hlavní 1751, Frýdlant nad Ostravicí (naproti supermarketu Billa)

Tel.: +420 730 517 141



## D

### D - Dárkové poukazy

Darovat zážitek je jednou z nejoblíbenějších variant dárku k Vánocům, k narozeninám, nebo jen tak. Důvod se přece vždy najde. Rádi vám v RC Sepetná vystavíme dárkový poukaz dle vašeho přání.

Na našem webu [www.sepetna.cz/darkove-poukazy](http://www.sepetna.cz/darkove-poukazy) si je můžete koupit i on-line. Netrvá to déle než 5 minut!

### D - Dětské koutky, dětská hřiště, herna, hry

V penzionu Sluníčko naleznete dětský koutek hned vedle restaurace. K dispozici zde je skluzavka s dojezdem do balónků a s domečkem, stoleček, plyšové hračky, omalovánky, dětská kuchyňka, tříkolka, koloběžka a pro ty větší je zde LCD TV nebo konzole X-BOX.

V areálu koupaliště Sluníčko se děti mohou vyřádit na houpačkách, skluzavce, pískovišti, kolotoči a horolezecké stěně.

V penzionu je v přízemí herna, kde mohou děti i dospělí využít elektronické šipky, billiard (10 Kč/hra) nebo stolní fotbálek (10 Kč/hra).

V hotelu Sepetná najdete dětský koutek, Liščí noru, v mezipatře a najdete zde také hračky a další vybavení pro zábavu včetně legračních zrcadel.

Z terasy restaurace hotelu Sepetná se děti rádi sklouznou originálním toboganem na barevné hřiště s prolézačkami.

Rádi vám také na recepcích zapůjčíme různé společenské hry.





### D - Doprava - vlak/autobus

V centru obce najdete vlakovou stanici Ostravice (pozor - v Ostravici je ještě stanice Ostravice, zastávka, která je vzdálená cca 2 km od centra obce). Každou hodinu je zde spojení mezi Ostravicí a Frýdlantem nad Ostravicí, kde dále navazují vlaky ve směru do/z Ostravy nebo Valašského Meziříčí.

Ostravice má s Frýdlantem, případně Frýdkem-Místkem (Ostravou), také autobusové spojení. Turistům doporučujeme i autobusové spojení na trase Ostravice - Staré Hamry - Bílá - Bumbálka. Je zde mnoho možností pro pěší turistiku včetně nádherných hřebenových túr. Některé spoje jsou přizpůsobeny přepravě kol (cyklobusy).

## H

### H - Historie Rekreačního centra Sepetná

#### **Hotel Sepetná**

Počátek ubytovacích zařízení v údolí Sepetná je datován již od roku 1910. Po válce (r. 1950) se vlastníkem chaty, jejíž popisná čísla i vzhled se po tu dobu měnila, stává Revoluční odborové hnutí v Praze a v 1960 Národní podnik Hutní montáže. Zároveň se mění název na Hotel Montér, což nejspíše více vyhovovalo budovatelskému duchu těchto let. Po roce 1989 se v objektu vystřídalo několik majitelů, až ho nakonec 2. října 2000 koupila společnost Sepetná v.o.s. V této době se hotel vrátil k původnímu názvu Sepetná.

#### **Penzion Sluníčko**

Objekt bývalé chaty Slezan byl postaven jako rekreační chata podniku Slezan. Od roku ji provozuje společnost Sepetná v. o. s. Od roku 2003 do 2010 prošel objekt několika rekonstrukcemi a přestavbami. V roce 2013 přibyla k penzionu sousední chata Měsíček.





## CH

### CH - Check-in, check-out (příjezd, odjezd)

Check-in nebo také ubytování se, je u nás možný od 14 hodin. V případě, že plánujete dřívější příjezd, kontaktujte prosím recepci, popřípadě Vám zavazadla do 14 hodiny rádi uschováme.

Check-out nebo-li uvolnění pokoje, je nutný do 10 hodin, z důvodu přípravy pokoje pro další hosty. Pozdější uvolnění pokojů je možné po domluvě s recepcí do 12 hodin. za příplatek 100 Kč, do 15 hod. za příplatek 500 Kč. Vše ovšem závisí na provozních možnostech hotelu a ne vždy je prodloužení možné.

### CH - CHKO, Chráněná krajinná oblast Beskydy

CHKO Beskydy je svou rozlohou 1160 km<sup>2</sup> největší chráněnou krajinnou oblastí v České republice. Zabírá jižní polovinu okresu Frýdek-Místek, východní polovinu okresu Vsetín a malou část na jihovýchodě okresu Nový Jičín.

Důvodem vyhlášení CHKO Beskydy byly zejména původní pralesovité lesní porosty s výskytem vzácných karpatských živočišných i rostlinných druhů, druhově pestrá luční společenstva, unikátní povrchové i podzemní pseudokrasové jevy a rovněž mimořádná estetická hodnota a pestrost ojedinělého typu krajiny vzniklého historickým soužitím člověka s tímto územím.

### Pobyt návštěvníků v CHKO Beskydy je řízen návštěvním řádem

V první části zdůrazňuje požadavky speciální ochrany přírody:

- Zákaz vstupu do chráněného území mimo značených cest, poškozování značení CHKO i chráněných území, dodržování vyhlášek o chráněných druzích rostlin a živočichů.

V části druhé zdůrazňuje běžné podmínky, které by vlastně měl dodržovat každý slušný návštěvník přírody všude, bez ohledu na to, jde-li o vyhlášené či nevyhlášené chráněné území:



- Zákaz poškozování přírody trháním a vykopáváním rostlin, ničením a poškozováním stromů, ničením hub, živočichů a znečišťováním vody.
- Zákaz odhazování odpadků.
- Zákaz rozdělávání ohňů, táboření a parkování mimo vyhrazené prostory.
- Zákaz umývání vozidel v přírodě.
- Zákaz rušení klidu zvěře či ostatních návštěvníků přírody.



### I - Internet

Ve všech prostorách hotelu Sepetná i penzionu Sluníčko můžete využít bezplatné wi-fi sítě. Na obou recepcích naleznete internetový kiosek zdarma.

## K

### K - Kino

#### **Kulturní centrum Frýdlant nad Ostravicí**

Hlavní 1755, Frýdlant nad Ostravicí

[www.kcfno.cz](http://www.kcfno.cz)

#### **Kino Vlast**

Hlavní třída 112, Frýdek-Místek

[www.kulturafm.cz](http://www.kulturafm.cz)

### K - Koupaliště Sluníčko

Koupaliště Sluníčko je místem zábavy a odpočinku pro celou rodinu. Návštěvníkům je



k dispozici plavecký bazén, dva tobogany, pro malé děti vodní koutek s vodním hříbem a brouzdaliště.

Kdo si chce zasportovat, může využít **tenisové nebo volejbalové hřiště**. Malá horolezecká stěna a dětský koutek s kolotočem, houpačkou a pískovištěm slouží pro zábavu těch nejmenších.

Samozřejmostí je nabídka občerstvení v bufetu. Při celodenní návštěvě určitě přijde vhod možnost poobědvat v restauraci penzionu Sluníčko s terasou a krásným výhledem na okolní kopce a údolí.

Koupaliště je zpravidla otevřeno od začátku června do konce srpna, protože je však jeho provoz ovlivněn počasím doporučujeme vám, abyste se o aktuálním stavu informovali na recepci nebo na webových stránkách [relax.sepetna.cz](http://relax.sepetna.cz). Ubytování hosté mají zvýhodněné podmínky pro vstup na koupaliště.

## K - Kouření

Všechny prostory a pokoje v budovách RC Sepetná jsou nekuřácké. Pro kuřáky jsou vyhrazena speciálně označená místa.

## K - Kredit na služby

V některých pobytových balíčcích naleznete položku "**kredit na sportovní a relaxační služby**" v určité hodnotě pro 1 pokoj. Každý náš host má jiné přání, někdo má rád masáže, jiný si chce zahrát s rodinou bowling, další hosté by rádi vyzkoušeli elektrokola. A právě z těchto důvodů jsme zvolili tuto univerzální položku. Kreditem je možné "uhradit" celou cenu služby (100% sleva) nebo vám hodnotu kreditu odečteme jako slevu (př. cena služby je 1000 Kč, kredit v balíčku je 500 Kč = z ceny dané služby vám odečteme slevu 500 Kč). Kreditem je možné uhradit i více služeb v rámci pobytu.

Nevyčerpanou výši kreditu nevracíme. Kredit nelze využít na ubytovací služby (příplatky, doplatky), v restauracích a v kiosku na recepci.







# RC Sepetná

## od A do Z

Web: [www.skimalenovice.cz](http://www.skimalenovice.cz)

### Ski areál Bílá

TOP lyžařský areál v Beskydech.

Lanová dráha, kotvové vleky, dětský park, parkoviště zdarma.

Tel.: +420 602 632 145

Web: [www.skibila.cz](http://www.skibila.cz)

### Ski areál Opálená

Umělé zasněžování, večerní lyžování, bezplatné parkoviště, stylová hospůdka.

Tel.: +420 604 945 578, +420 725 828 113

Web: [www.areal-opalena.cz](http://www.areal-opalena.cz)

### SkiPark Gruň

Užívat si zimních radostí můžete na 3 sjezdových tratích o celkové délce 3,8 km. Dvě z těchto tratí jsou homologovány pro konání závodů v alpských disciplínách. Najdete zde zkušené instruktory, půjčovnu i servis.

Tel.: +420 734 233 803

Web: [www.skipark-grun.cz](http://www.skipark-grun.cz)

### Běžeccké lyžování

Kousek od RC Sepetná, na Albínově náměstí, začíná Lysohorská magistrála, která nabízí možnost výjezdu na vrchol ve výšce 1 323 m n. m.

### Ruma Sport Ostravice

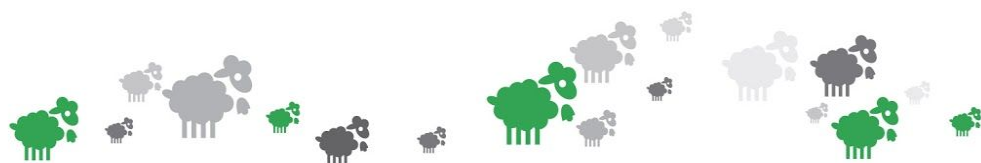
Půjčovna kompletního sportovního vybavení na lyže, běžky i snowboard.

Tel.: +420 734 789 325

Web: [www.rumasport.cz](http://www.rumasport.cz)

## O

O - Obchody, obchodní centra



Relax pod Lysou horou v Beskydech

■ Hotel Sepetná

■ Bungalovy Sepetná

■ RelaxCentrum Sepetná

■ Penzion Sluníčko

■ Chata Měsíček

■ Koupaliště Sluníčko



# RC Sepetná

## od A do Z

V centru Ostravice najdete obchod s potravinami, pekárnu, obchod s ovocem a zeleninou, trafikou. Nejbližší supermarkety několika řetězců naleznete ve Frýdlantě nad Ostravicí. Frýdek-Místek pak je už “rájem” super a hypermarketů včetně většího obchodního centra OC Frýda.

## P

### P - Parkování

Parkování je pro ubytované hosty RC Sepetná zdarma na parkovištích u daného střediska.

Hotel Sepetná má vjezd do areálu zajištěn branou se závorou. Během letní sezóny a vybraných termínů, kdy se tato závara používá, ji hosté ovládají kartou od pokoje.

### P - Poplatky obci

V ceně ubytování nejsou zahrnuty poplatky obci za rekreační pobyt a z ubytovací kapacity dle zákona č. 565/1990 Sb., o místních poplatcích. Poplatek se hradí při vyúčtování pobytu na recepci.

### P - Pošta

Zakoupili jste si u nás na recepci nebo třeba na vrcholku Lysé hory pohled a rádi byste jej poslali svým blízkým? Není nutné hledat nejbližší poštu, stačí přinést pohled či dopis na recepci. Můžete si zde zakoupit i známku.

Poštu v Ostravici najdete v centru obce.  
Ostravice 603, Ostravice



### P - Pravidla pro psy

Pobyty se psy (či jinými menšími zvířaty) jsou v RC Sepetná možné a v ceníku je stanovena příslušná sazba. V případě poškození pokoje či jiného zařízení, může RC Sepetná nárokovat náhradu škody. Majitel psa je za něj po celou dobu odpovědný a pes by neměl ohrožovat či obtěžovat ostatní hosty, ale také personál hotelu (např. při úklidu nebo údržbě pokoje během pobytu je nutné, aby byl pes pod kontrolou majitele). Ve společných prostorách jednotlivých středisek, kde je mu povolen vstup, je pes povinen být na vodítku a mít náhubek. Vstup se psy není povolen např. do restaurace hotelu Sepetná, RelaxCentra Sepetná, do areálu koupaliště Sluníčko nebo prostor privátního wellness v penzionu Sluníčko.

### P - Prostory pro akce

Rekreační centrum Sepetná se specializuje na pořádání kongresů, konferencí, školení, porad a dalších firemních akcí. Velkou výhodou je komplexní zajištění akcí až pro 220 osob, kdy vám nenabídneme jen samotné zajištění konferenčních prostor a salónek v hotelu Sepetná a penzionu Sluníčko, ale také ubytování pro všechny účastníky akce, stravování a catering, sportovní a relaxační zázemí a zajištění doprovodného programu (teambuildingové aktivity, výlety do okolí s průvodcem, hudební a zábavný program atd.).

To vše v krásném prostředí pod Lysou horou s výbornou dostupností z okolních měst včetně krajské metropole (z Ostravy je to k nám cca 30-40 minut autem).

Naše prostory nabízíme samozřejmě i pro soukromé akce, jako jsou oslavy, svatby aj.. U svateb vám zajistíme také obřad a další související služby.

### P - Půjčovna

Beskydy můžete poznávat i jinak než pěšky nebo autem. V naší půjčovně, kterou provozujeme u hotelu Sepetná, si můžete půjčit horská kola, elektrokola, koloběžky, segway vozítka, vyhlídkové vozítko pro 6 osob. Půjčovna je zpravidla v provozu od května do října.





**Náš tip** - vyzkoušejte 4km vyhlídkovou koloběžkovou trasu kolem Ostré hory. Tuto aktivitu jsme pro vás připravili ve spolupráci s Dřevjankou U Zbuj, kde si půjčíte koloběžku včetně ochranné přilby a sjedete dolů k hotelu Sepetná. Za každou koloběžku se U Zbuj platí záloha v hotovosti. Informujte se o její výši na recepci hotelu nebo penzionu.

## R

### R - Recepce - doplňkový prodej a služby

Na recepci nabízíme doplňkový prodej hygienických potřeb, nápojů, nanuků (pouze v létě), suvenýrů, pohlednic. Poskytujeme také základní kancelářské služby.

### R - RelaxCentrum - další služby

V prostorách RelaxCentra Sepetná můžete kromě krytého bazénu (B - bazén) využít také další sportovní a relaxační služby. Nachází se zde dvoudráhový bowling, tělocvična s dvěma kurty na badminton, kterou lze samozřejmě využít i k dalším účelům, horolezecká stěna, sportovní trenažér, stolní tenis, sauna, solárium, masérna a také prostor pro relaxační koupele (W - Wellness a beauty služby).

Více informací o službách RelaxCentra najdete v našich propagačních materiálech, případně na webu [relax.sepetna.cz](http://relax.sepetna.cz). Informace vám samozřejmě poskytneme i na recepci, kde můžete služby také rezervovat.

### R - Restaurace/stravování

#### Hotel Sepetná

Pro hosty ubytované v hotelu a bungalovech Sepetná nabízíme denně od 7:00 do 10:00 hodin snídaně formou rautu včetně studených a teplých nápojů.



Večer pak pro ty, kteří si objednali polopenzi nebo mají večere zahrnuté v ceně pobytových balíčků, probíhají od 18:00 do 20:00 hodin večere.

### **Penzion Sluníčko**

Pro ubytované hosty nabízíme denně od 7:30 do 10:00 snídaní formou švédských stolů včetně teplých i studených nápojů.

Od 18:00 do 20:00 probíhají večere pro ty, kteří si objednali polopenzi nebo mají večere zahrnuté v ceně pobytových balíčků.

Ubytovaným hostům v hotelu i penzionu rádi přizpůsobíme jídla dle jejich diety (bezlepková, bezlaktózová atp.). Prosíme o nahlášení této informace v rámci rezervace nebo nejpozději při příjezdu.

V průběhu dne si můžete v obou restauracích v provozní době vybrat z našeho jídelního a nápojového lístku. Restaurace hotelu Sepetná je otevřena od 11:00, restaurace penzionu Sluníčko od 10:00.

## S

### S - Sněhové řetězy

Na příjezdové silnici k hotelu a penzionu je předepsaná povinná zimní výbava (sněhové řetězy). Doporučujeme tuto dopravní značku dodržovat. V případě potřeby je možné řetězy zakoupit nebo zapůjčit na recepci. Naším hostům také pomůžeme s nasazením řetězů, případně zajistíme dopravu z obce.



## T

### T - Taxi Ostravice

V Ostravici můžete využít služeb Taxi Ostravice.  
V případě zájmu volejte tel. +420 720 960 850.

### T - Třídění odpadů

V našich střediscích naleznete nádoby na tříděný odpad.

## U

### U - Ubytovací řád

Ubytovací řád naleznete v informačních složkách na pokoji.

### U - Úschovna kol/lyží

V hotelu Sepetná i penzionu Sluníčko najdete v samostatných prostorách úschovnu kol a lyží a také vysoušeč lyžařské obuvi.

## V

### V - Výlety - Ostrava, Slovensko, Polsko



Předpokládáme, že většina z vás přijela za odpočinkem do hor a přírody. Případně bude poznávat místní krásy (více A - Aktivity a výlety v okolí). Ale ze zkušenosti víme, že hlavně rodiny s dětmi ze vzdálenějších míst republiky se vypraví i do Ostravy a to především do Dolní oblasti Vítkovice nebo ZOO Ostrava. Více informací na [www.zoo-ostrava.cz](http://www.zoo-ostrava.cz).

Dolní oblast Vítkovice (DOV) je národní kulturní památka s unikátním souborem industriální architektury. Najdete zde také populární interaktivní Svět techniky. Součástí je také Landek Park, kde se můžete seznámit s historií hornictví na Ostravsku. Více informací na [www.dolnivitkovice.cz](http://www.dolnivitkovice.cz)

**Náš tip** - ubytovaným hostům nabízíme v době jejich pobytu slevový kupón na vstupné do expozic DOV.

Dobrodružstvím může být i "výlet do ciziny". Stačí zajet jen 20 km na bývalý hraniční přechod Bílá, Konečná - Klokočov a jste na Slovensku. Tipem na půldenní nebo celodenní výlet pak může být návštěva polského Cieszyna, jehož historické centrum vás mile překvapí.

## W

### W - Wellness a beauty služby

Podrobné informace o masážích, koupelích, kosmetice, soláriu, sauně a privátním wellness naleznete v našich propagačních materiálech a informačních složkách, případně na webu [relax.sepetna.cz](http://relax.sepetna.cz). Informace vám samozřejmě poskytneme i recepce, kde můžete wellness a beauty služby také rezervovat.

## Z

### Z - Zámkový systém na pokojích





# RC Sepetná

## od A do Z

V hotelu Sepetná i penzionu Sluníčko nepoužíváme ke vstupu do pokoje klíče, ale elektronické karty. Ty vám slouží také pro vstup do budovy v nočních hodinách.



■ Hotel Sepetná

■ Bungalovy Sepetná

■ RelaxCentrum Sepetná

■ Penzion Sluníčko

■ Chata Měsíček

■ Koupaliště Sluníčko

Relax pod Lysou horou v Beskydech