Aktivprogramm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
11:00-11:50 Uhr Zirkeltraining an Geräten Treffpunkt Fitnessraum	10:00 Uhr Rottaler Baum Yoga Weg Wanderung & Yogaübungen Dauer ca. 1 ½ Treffpunkt Hotelrezeption	09:00-09:20 Uhr Faszientraining Treffpunkt Hotelrezeption	11:20 – 11:50 Uhr Aquagymnastik Süßwasserpool		11:20-11:50 Uhr Traumreise mit Klang Treffpunkt Hotelrezeption
		12:40– 13:10 Uhr Traumreise mit Klang Treffpunkt Hotelrezeption	12:40– 13:10 Uhr Meditation für innere Ruhe Treffpunkt Hotelrezeption	12:40– 13:10 Uhr Progressive Muskelentspannung Treffpunkt Hotelrezeption	
14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad	14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad	14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad	14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad	14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad	14:00 Uhr Peeling Aromadampfbad
15:00 – 15:30 Uhr Progressive Muskelentspannung Treffpunkt Hotelrezeption	15:00 – 15:30 Uhr Aquagymnastik Süßwasserpool	15:00 – 15:30 Uhr Aquagymnastik Süßwasserpool	14:30 – 15:30 Uhr Boule - Spiel Treffpunkt Boule Bahn im Garten	16:00 – 16:30 Uhr Aquagymnastik Süßwasserpool	
	17:00 Uhr Saunaaufguss Kelosauna	17:00 Uhr Saunaaufguss Kelosauna	17:00 Uhr Saunaaufguss Kelosauna	17:00 Uhr Saunaaufguss Kelosauna	

Kostenfreier Verleih von Nordic Walking Stöcke
an unserer Wellnessrezeption

Unser Aktivprogramm kann variieren!
Bitte beachten Sie unsere Morgenpost beim Frühstück!

SONNENGUT ★★★★S
Wellness Therme Spa