

AKTIVPROGRAMM

10. - 16. April 2023

Bitte melden Sie sich bis 18:00 Uhr am Vorabend des Programms an der Rezeption an.

Montag

8:00 - 8:45 Aqua Gymnastik | Treffpunkt: Schwimmbad *

9:00 - 9:45 Uhr Pilates / Yoga | Treffpunkt: Haus des Lichts *

10:00 - 10:45 Uhr Wandern / Nordic Walking | Treffpunkt: Hotellobby

Dienstag

8:00 - 8:45 Uhr Morgengymnastik | Treffpunkt: Haus des Lichts *

9:00 - 9:45 Uhr Aerobic | Treffpunkt: Haus des Lichts *

10:00 - 10:45 Uhr Stretching | Treffpunkt: Haus des Lichts *

Mittwoch

8:00 - 8:45 Aqua Gymnastik | Treffpunkt: Schwimmbad *

9:00 - 9:45 Uhr Power-Pilates | Treffpunkt: Haus des Lichts *

10:00 - 12:00 Uhr Wandern / 2 Stunden | Treffpunkt: Hotellobby

Donnerstag

8:00 - 8:45 Uhr Morgengymnastik | Treffpunkt: Haus des Lichts *

9:00 - 9:45 Uhr Aerobic | Treffpunkt: Haus des Lichts *

10:00 - 10:45 Uhr Nordic Walking | Treffpunkt: Hotellobby

Freitag

8:00 - 8:45 Uhr Morgengymnastik | Treffpunkt: Haus des Lichts *

9:00 - 9:45 Uhr Aerobic | Treffpunkt: Haus des Lichts *

10:00 - 10:45 Uhr Stretching | Treffpunkt: Haus des Lichts *

11:00 - 13:00 Uhr Wandern / 2 Stunden | Treffpunkt: Hotellobby

17:00 - 18:00 Uhr Yoga | Treffpunkt: Hotellobby *

Samstag

8:00 - 9:00 Uhr Yoga | Treffpunkt: Hotellobby *

**Bitte Handtuch mitbringen!*