

Aktivitätenprogramm

MONTAG, 22.04.	DIENSTAG, 23.04.	MITTWOCH, 24.04.	DONNERSTAG, 25.04.	FREITAG, 26.04.	SAMSTAG, 27.04.	SONNTAG, 28.04.
						7:00-8:30 Chakrenweg Spaziergang mit Experience Concierge Claudia Hotelrezeption
8:00-8:30 Fitnessraum- betreuung Fitnessraum					8:00-9:00 Power Walk mit Experience Concierge Claudia Hotelrezeption	
9:00-9:30 Faszientraining mit Janos SPA-Rezeption	9:00-9:45 Wirbelsäulen- gymnastik mit Monika SPA-Rezeption	9:00-9:45 Pilates mit Monika SPA-Rezeption			9:00-9:45 Pilates mit Monika SPA-Rezeption	9:00-9:45 Pilates mit Monika SPA-Rezeption
	10:00-10:30 Mobilisations- Training mit Monika SPA- Rezeption	10:00-10:30 Theraband Training mit Monika SPA-Rezeption			11:00-13:30 Pflanzenmarkt in Rauchwart mit Experience Concierge Claudia Hotelrezeption	10:00-10:45 Powergym mit Monika SPA-Rezeption
				13:00-13:30 Faszientraining mit Janos SPA-Rezeption		

MONTAG, 22.04.	DIENSTAG, 23.04.	MITTWOCH, 24.04.	DONNERSTAG, 25.04.	FREITAG, 26.04.	SAMSTAG, 27.04.	SONNTAG, 28.04.
12:00 Zitronen Genuss Dampfbad	12:00 Lavendel Genuss Dampfbad	12:00 Meersalz Genuss Dampfbad		12:00 Lavendelhonig Genuss Dampfbad	12:00 Zitronengras Genuss Dampfbad	12:00 Acht Kräuter Genuss Dampfbad
13:00 Rosmarin Aufguss Zirbensauna				13:00 Alpenrose Aufguss Zirbensauna	13:00 Minze Aufguss Zirbensauna	13:00 Rosenholz Aufguss Zirbensauna
14:30 Mandelblütencreme Genuss Dampfbad	14:30 Lavendelhonig Genuss Dampfbad	14:30 Grapefruitcreme Genuss Dampfbad		14:30 Joghurt Genuss Dampfbad	14:30 Rosenblütencreme Genuss Dampfbad	14:30 Hopfen Genuss Dampfbad
					16:00 Duftreise Aufguss Zirbensauna	16:00 Limette Aufguss Zirbensauna
17:00 Orange Aufguss Zirbensauna	17:00 Duftreise Aufguss Zirbensauna	16:00 Limette Aufguss Zirbensauna		17:00 Jasmin Aufguss Zirbensauna	17:00 Kräuter Aufguss Zirbensauna	
					18:00 Österreich Experience Zirbensauna	18:00 Kakao- Vanille Aufguss Zirbensauna

Programmänderungen vorbehalten – wir bitten um Verständnis

Teilnahme bei den Programmpunkten auf eigene Gefahr
KW_17