

Kursplan im Spa & Wellness

08.01.2018 bis 14.01.2018

Aufgrund einer maximalen Teilnehmeranzahl bitten wir Sie um
Voranmeldung bis 21:00 Uhr am Vorabend in unserem Spa & Wellness.

Montag, 08.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Aqua-Gym

Schnupperkurs

Dienstag, 09.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Rückenschule

Schnupperkurs

Mittwoch, 10.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Aqua Fit

Herz-Kreislauf stärken

Donnerstag, 11.01.2018

17:30 Uhr bis 18:00 Uhr

Peeling im Dampfbad

In der Zeit von 8:20 - 10:00 Uhr steht der Innenpool nicht zur Verfügung.

Freitag, 12.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Aqua Gym

aktivierend für den ganzen Körper

Samstag, 13.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Klangschale

sanfter Start in den Tag

Sonntag, 14.01.2018

9:00 Uhr bis 9:30 Uhr

Aqua Fit

Herz-Kreislauf stärken

Auf Wunsch sind weitere gesunderhaltende Aktivitäten, wie Meditation,
Yoga, Qi Gong, nach Verfügbarkeit und Voranmeldung möglich.

Ihr Spa & Wellness Team