

AKTIVPROGRAMM

09. bis 15. September 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
WANDERUNG ZUR BRÜNDLALM 09.30 BIS 11.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	WANDERUNG ZUR SEEKARSPITZE 08.30 BIS 16.00 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	WANDERUNG ZUR KÖGLALM 09.30 BIS 13.00 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	MEDITATION 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	MEDITATION 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	MEDITATION 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	FASZIENTRAINING 09.30 BIS 10.50 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00
KLANGREISE 12.00 BIS 13.00 UHR MIT SARAH TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	GET IN SHAPE 11.00 BIS 12.00 UHR MIT NINA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	BEWUSSTES ATMEN 16.00 BIS 17.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	YOGA 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	YOGA 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	YOGA 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	5 ÜBUNGEN NACH TIBETANISCHER ART 11.30 BIS 12.30 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2
FASZIENTRAINING 13.30 BIS 14.50 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	WALDBADEN MIT BIOPHILIAEFFEKT 15.00 BIS 17.30 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	SAUNAAUFGUSS 16.30 & 17.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	STAND UP PADDLING 09.30 BIS 11.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	FEUER LOOP ATMEN 10.00 BIS 11.20 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	NORDIC WALKING 09.30 BIS 11.00 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	INSELTRAINING 13.00 BIS 14.20 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00
SAUNAAUFGUSS 16.30 & 17.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	SCHMINK-WORKSHOP 16.00 BIS 17.30 UHR MIT NINA TREFFPUNKT: SPA RECEPTION ETAGE 2	TIEFENENTSPANNUNG 17.00 BIS 18.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	PILATES 13.00 BIS 14.00 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	ERLEBNISVORTRAG „GESUNDHEIT“ 16.00 BIS 17.00 UHR MIT MAG.ULRIKE LEMBKE BESPRECHUNGSRAUM ETAGE 3	STRETCHING 11.00 BIS 12.00 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	SAUNAAUFGUSS 16.30 & 17.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)
YOGA 17.00 BIS 18.20 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	SAUNAAUFGUSS 16.30 & 17.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)		STRETCHING 14.30 BIS 15.30 UHR MIT MARCUS TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	YOGA 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	SAUNAAUFGUSS 15.30 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	YOGA 17.00 BIS 18.20 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00
	MEDITATION 18.00 BIS 19.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2		YOGA 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00		YOGA 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	

Wir bitten um Anmeldung an der Reception. Für Fragen, Wander- oder Ausflugstipps steht Ihnen das Receptionsteam gerne zur Verfügung!