

# AKTIV•PROGRAMM

16. BIS 22. APRIL 2018

## MONTAG

**AUSFLUGSTIPP**  
SWAROVSKI  
WATTENS  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
08.30 BIS 19.30 UHR

**NORDIC WALKING**  
10.00 BIS 11.30 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
LUSTBOXX | ETAGE -1

**PILATES**  
13.00 BIS 14.00 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2

**STRETCHING**  
14.00 BIS 15.00 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2

**GEFÜHRTES  
SAUNIEREN**  
16.30 & 17.30 UHR  
MIT MARCUS  
WIR ÜBERRASCHEN SIE MIT  
VERSCHIEDENEN  
AUFGUSSARTEN  
**TREFFPUNKT:**  
FINNISCHE SAUNA | ETAGE 1

## DIENSTAG

**AUSFLUGSTIPP**  
MÜNZERTURM  
HALL  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
10.00 BIS 17.00 UHR

## MITTWOCH

**AUSFLUGSTIPP**  
SCHLOSS  
TRATZBERG  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
10.00 BIS 16.00 UHR

## DONNERSTAG

**AUSFLUGSTIPP**  
GOLDENES DACHL  
INNSBRUCK  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
10.00 BIS 17.00 UHR

## FREITAG

**AUSFLUGSTIPP**  
FESTUNG  
KUFSTEIN  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
09.00 BIS 18.00 UHR

## SAMSTAG

**AUSFLUGSTIPP**  
SCHLOSS  
AMBRAS  
ÖFFNUNGSZEITEN:  
10.00 BIS 17.00 UHR

**INSELTRAINING**  
10.00 BIS 11.30 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2  
KOSTENBEITRAG EUR 15,00

**PILATES**  
13.00 BIS 14.00 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2

**STRETCHING**  
14.00 BIS 15.00 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2

**SAUNAAUFGUSS**  
16.30 & 17.30 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
FINNISCHE SAUNA | ETAGE 1

**GESUND SEIN - GANZ  
EINFACH!**  
17.00 BIS 18.00 UHR  
VORTRAG MIT MAG. LEMBKE  
**TREFFPUNKT:**  
ROFAN 2 | ETAGE 0

**TIEFEN-  
ENTSPANNUNG**  
18.00 BIS 19.00 UHR  
MIT DETLEF  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2

**WEINDEGUSTATION**  
START: 21.00 UHR  
MIT RALF EGGARTER  
**TREFFPUNKT:**  
PRIVAT MEETING ROOM  
KOSTENBEITRAG EUR 29,00

**NORDIC WALKING**  
10.00 BIS 11.30 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
LUSTBOXX | ETAGE -1

**ERNÄHRUNGS-  
VORTRAG**  
10.00 BIS 11.00 UHR  
MIT DENNIS POLAK  
**TREFFPUNKT:**  
ROFAN 1 | ETAGE 0

**YOGA**  
10.00 BIS 11.20 UHR  
MIT DETLEF  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2  
KOSTENBEITRAG EUR 15,00

**FASZIENTRAINING**  
13.00 BIS 14.00 UHR  
MIT MARCUS  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2  
KOSTENBEITRAG EUR 15,00

**GEFÜHRTES  
SAUNIEREN**  
17.30 UHR  
MIT RENALDO  
WIR ÜBERRASCHEN SIE MIT  
VERSCHIEDENEN  
AUFGUSSARTEN  
**TREFFPUNKT:**  
FINNISCHE SAUNA | ETAGE 1

**MEDITATION**  
18.00 BIS 19.00 UHR  
MIT DETLEF  
**TREFFPUNKT:**  
GYMNASTIKRAUM | ETAGE 2



WIR BITTEN UM ANMELDUNG AN DER REZEPTION

SEHR GERNE STEHT IHNEN DAS REZEPTIONSTEAM FÜR  
FRAGEN UND WEITERE AUSFLUGSTIPPS ZUR VERFÜGUNG!