

AKTIVPROGRAMM

04. bis 10. November 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
YOGA 10.00 BIS 11.20 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	ACHTSAMKEITS- ÜBUNGEN 10.00 BIS 10.50 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	WALDBADEN MIT BIOPHILIAEFFEKT 09.30 BIS 12.00 UHR MIT DETLEF 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	5 ÜBUNGEN NACH TIBETANISCHER ART 11.30 BIS 12.30 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2
KLANGREISE 12.00 BIS 13.00 UHR MIT SARAH TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	FASZIENTRAINING 11.00 BIS 12.20 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00	GET IN SHAPE 14.00 BIS 15.00 UHR MIT MICHAEL 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	FEUER LOOP ATMEN 16.00 BIS 17.20 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2
	BEWUSSTES ATMEN 13.00 BIS 14.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	STRETCHING 15.30 BIS 16.30 UHR MIT MICHAEL TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	WASSERGYMNASTIK 09.00 BIS 09.45 UHR MIT HEIKE TREFFPUNKT: INDOOR POOL ETAGE 1	KLANGREISE 11.30 BIS 12.30 UHR MIT ANNA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	WANDERUNG KARWENDELWEG 09.30 BIS 13.30 UHR MIT MICHAEL TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	
	WANDERUNG ZUR BRÜNDLALM 14.00 BIS 16.00 UHR MIT MICHAEL TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	SAUNAAUFGUSS 17.30 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	WANDERUNG ZUR BRÜNDLALM 09.30 BIS 11.30 UHR MIT MICHAEL TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	ERLEBNISVORTRAG „GESUNDHEIT“ 16.00 BIS 17.00 UHR MIT MAG. ULRIKE LEMBKE BESPRECHUNGSRAUM ETAGE 3	TWERXOUT® 14.30 BIS 15.30 UHR MIT NINA TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM ETAGE 2	
			VORTRAG STRESSBEWÄLTIGUNG 11.00 BIS 12.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: ZIRBENSTUBE ETAGE 0	SAUNAAUFGUSS 16.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	BOXFIT 16.00 BIS 17.00 UHR MIT FLORIAN PAVIC VOM R1 SPORTSCLUB 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	SAUNAAUFGUSS 16.00 UHR MIT DETLEF TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)	
				FACKELWANDERUNG 18.00 BIS 19.00 UHR MIT MICHAEL TREFFPUNKT: RECEPTION ETAGE -1	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 Ausflugtipps steht Ihnen das Receptionsteam gerne zur Verfügung!