

# AKTIVPROGRAMM

04. bis 10. November 2019

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
<p><b>YOGA</b> 10.00 BIS 11.20 UHR MIT ANNA   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>ACHTSAMKEITS- ÜBUNGEN</b> 10.00 BIS 10.50 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>WALDBADEN MIT BIOPHILIAEFFEKT</b> 09.30 BIS 12.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: RECEPTION   ETAGE -1</p>	<p><b>MEDITATION</b> 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>MEDITATION</b> 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>MEDITATION</b> 08.15 BIS 08.45 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>5 ÜBUNGEN NACH TIBETANISCHER ART</b> 11.30 BIS 12.30 UHR MIT ANNA   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>
<p><b>KLANGREISE</b> 12.00 BIS 13.00 UHR MIT SARAH   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>FASZIENTRAINING</b> 11.00 BIS 12.20 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>GET IN SHAPE</b> 14.00 BIS 15.00 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>YOGA</b> 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>YOGA</b> 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>YOGA</b> 08.45 BIS 10.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>FEUER LOOP ATMEN</b> 16.00 BIS 17.20 UHR MIT ANNA   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>
	<p><b>BEWUSSTES ATMEN</b> 13.00 BIS 14.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>STRETCHING</b> 15.30 BIS 16.30 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>WASSERGYMNASTIK</b> 09.00 BIS 09.45 UHR MIT HEIKE   TREFFPUNKT: INDOOR POOL   ETAGE 1</p>	<p><b>KLANGREISE</b> 11.30 BIS 12.30 UHR MIT ANNA   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	<p><b>WANDERUNG KARWENDELWEG</b> 09.30 BIS 13.30 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: RECEPTION   ETAGE -1</p>	
	<p><b>WANDERUNG ZUR BRÜNDLALM</b> 14.00 BIS 16.00 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: RECEPTION   ETAGE -1</p>	<p><b>SAUNAAUFGUSS</b> 17.30 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA   ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)</p>	<p><b>WANDERUNG ZUR BRÜNDLALM</b> 09.30 BIS 11.30 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: RECEPTION   ETAGE -1</p>	<p><b>ERLEBNISVORTRAG „GESUNDHEIT“</b> 16.00 BIS 17.00 UHR MIT MAG. ULRIKE LEMBKE BESPRECHUNGSRAUM   ETAGE 3</p>	<p><b>TWERXOUT®</b> 14.30 BIS 15.30 UHR MIT NINA   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	
			<p><b>VORTRAG STRESSBEWÄLTIGUNG</b> 11.00 BIS 12.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: ZIRBENSTUBE   ETAGE 0</p>	<p><b>SAUNAAUFGUSS</b> 16.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA   ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)</p>	<p><b>BOXFIT</b> 16.00 BIS 17.00 UHR MIT FLORIAN PAVIC VOM R1 SPORTSCLUB   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2</p>	
			<p><b>YOGA</b> 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>YOGA</b> 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	<p><b>SAUNAAUFGUSS</b> 16.00 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: FINNISCHE SAUNA   ETAGE 1 (KEINE ANMELDUNG ERFORDERLICH)</p>	
				<p><b>FACKELWANDERUNG</b> 18.00 BIS 19.00 UHR MIT MICHAEL   TREFFPUNKT: RECEPTION   ETAGE -1</p>	<p><b>YOGA</b> 17.00 BIS 18.20 UHR MIT DETLEF   TREFFPUNKT: GYMNASTIKRAUM   ETAGE 2 KOSTENBEITRAG: EUR 15,00</p>	

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