

WELLFIT-PROGRAMM DER WOCHE

Montag 15.04.	Dienstag 16.04.	Mittwoch 17.04.	Donnerstag 18.04.	Freitag 19.04.	Samstag 20.04.	Sonntag 21.04.
<p>11:00 – 11:30 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>16:30 – 17:00 Meditation (max. 12 Pers.)</p>	<p>11:30 – 12:00 Morning Stretch (max. 12 Pers.)</p> <p>14:00 – 14:30 Meditation (max. 12 Pers.)</p> <p>16:00 – 16:30 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>18:00 / 19:00 Aquafitness Plätze nach Absprache mit dem Trainer vor Ort</p>	<p>11:30 – 12:00 Rückenfit (max. 12 Pers.)</p> <p>13:30 – 14:00 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>15:15 – 15:45 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>17:30 / 18:30 Aquafitness Plätze nach Absprache mit dem Trainer Vor Ort</p>	<p>10:30 – 11:00 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>16:30 – 17:00 Entspannung (max. 12 Pers.)</p>	<p>10:30 – 11:00 Entspannung (max. 12 Pers.)</p> <p>12:45 – 13:15 Meditation (max. 12 Pers.)</p> <p>16:00 – 16:30 Entspannung (max. 12 Pers.)</p>	<p>11:00 – 11:20 Aquafitness (max. 12 Pers.)</p> <p>15:00 – 15:30 Entspannung (max. 12 Pers.)</p>	<p>11:40 – 12:00 Aquafitness (max. 12 Pers.)</p> <p>16:30 – 17:00 Entspannung (max. 12 Pers.)</p>

Alle Kurse bedürfen einer Mindestteilnehmerzahl von 2 Personen. Änderungen vorbehalten.

***** GEBÜHREN- und ANMELDEPFLICHTIG an der Hotelrezeption.**

Bitte kommen Sie in Sportschuhen und passender Kleidung zu unseren Kursen im Gymnastikraum AUE. Unser komplettes Kursprogramm ist für alle Leistungsstufen geeignet.
Wir möchten auf die begrenzte Teilnehmerzahl in einigen Kursen hinweisen. Bitte entnehmen Sie diese Informationen der Tafel am Raum AUE. Änderungen im Kursprogramm vorbehalten!
Wir danken für Ihr Verständnis, freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt im Waldhotel Tannenhäuschen.