



Liebe Gäste,

der Frühling ist da – die perfekte Zeit, um neue Energie zu tanken und aktiv etwas für die eigene Gesundheit und Fitness zu tun.

Ob Sie Ihre Muskulatur stärken, mehr Balance finden oder bewusst zur Ruhe kommen möchten – bei uns finden Sie passende Angebote für Ihr persönliches Wohlbefinden.

Gerne planen wir gemeinsam mit Ihnen Ihre individuelle Fitnessauszeit.
Alternativ laden wir Sie herzlich zu den folgenden Kursen ein:

Dienstag	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Full-Body Workout 17:30 Uhr bis 18:15 Uhr	Bauch-Beine-Po 17:30 Uhr bis 18:15 Uhr	Klangschalen -Therapie 17:30 Uhr bis 18:00 Uhr	Aqua Fitness 8:30 Uhr bis 9:00 Uhr	Yoga 8:00 Uhr bis 9:00 Uhr als Hotelgast zu 9,00 EUR pro Gast
			Nordic-Walking 11:30 Uhr bis 12:30 Uhr	
			Entspannung - Gedankenreise 16:30 Uhr bis 17:00 Uhr	

Um das Erlebnis für Sie bestmöglich gestalten zu können, bitten wir Sie freundlich um Anmeldung an der Rezeption, bis 17:00 am Vortag.