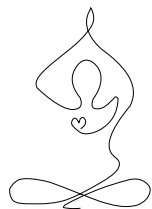


FITNESS

mit Floriana



Bitte beachten Sie, dass eine Voranmeldung an unserer Spa-Rezeption für alle Kurse erforderlich ist.

MONTAG
30.06.2025

08:30 - 09:00
Sun Salutation

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

DIENSTAG
01.07.2025

08:30 - 09:00
Yin Yoga

11:00 - 11:45
Summer Yoga

16:00 - 16:45
Back in action

17:00 - 17:45
Time to stretch

MITTWOCH
02.07.2025

08:30 - 09:00
5 Tibetans

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Pilates Class

17:00 - 17:45
Fascia Training

DONNERSTAG
03.07.2025

08:30 - 09:00
Makko-Ho

11:00 - 11:45
Pilates Matwork

16:00 - 16:45
Vinyasa Flow

17:00 - 17:45
Time to stretch

FREITAG
04.07.2025

08:30 - 09:00
Just breathe

11:00 - 11:45
Pilates for golfers

16:00 - 16:45
Summer Yoga

17:00 - 17:45
Fascia Training

SAMSTAG
05.07.2025

08:30 - 09:00
Sun Salutation

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Flow Tonic

SONNTAG
06.07.2025

11:00 - 11:45
Klangschalen Meditation
mit Silvia