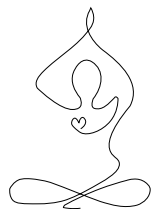


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
21.09.2026

Heute findet kein Programm statt.

DIENSTAG
22.09.2026

08:00 - 08:30
Yoga Namaskar

11:00 - 11:45
Body Workout

16:00 - 16:45
Back in Action

17:00 - 17:45
Fascia Training

MITTWOCH
23.09.2026

08:00 - 08:30
Makko Ho

11:00 - 11:45
Pilates Matwork

16:00 - 16:45
Pilates for Golfers

17:00 - 17:45
Time to stretch

DONNERSTAG
24.09.2026

08:00 - 08:30
Sun Salutation

11:00 - 11:45
Vinyasa Class

16:00 - 16:45
Flow Tonic

17:00 - 17:45
Yin Yoga

FREITAG
25.09.2026

08:00 - 08:30
Morning Stretch
09:00 - 09:30
Qi-Gong mit Sabine
Kauker

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Pilates Class

17:00 - 17:45
Fascia Training

SAMSTAG
26.09.2026

08:00 - 08:30
Just Breathe

11:00 - 11:45
Vinyasa Class

16:00 - 16:45
Standing Pilates

SONNTAG
27.09.2026

Heute findet kein Programm statt.