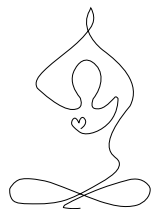


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
06.10.2025

09:00 - 10:00
Qi Gong

DIENSTAG
07.10.2025

08:00 - 08:30
5 Tibetans

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Autumn Yoga

17:00 - 17:45
Time to stretch

MITTWOCH
08.10.2025

08:00 - 08:30
Makko-Ho

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

16:00 - 16:45
Back in Action

17:00 - 17:45
Fascia Training

DONNERSTAG
09.10.2025

08:00 - 08:30
Hands Yoga

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Autumn Yoga

17:00 - 17:45
Time to stretch

FREITAG
10.10.2025

08:00 - 08:30
Yin Yoga

09:00 - 10:00
Qi Gong

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Pilates Matwork

17:00 - 17:45
Fascia Training

SAMSTAG
11.10.2025

08:00 - 08:30
Just breathe

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Pilates Class

SONNTAG
12.10.2025

11:00 - 11:45
Klangschalen Meditation
mit Silvia