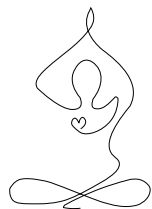


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
14.09.2026

08:00 - 08:30
Makko Ho mit Nicole
Prass-Anton

DIENSTAG
15.09.2026

08:00 - 08:30
Yoga Namaskar

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Back in Action

17:00 - 17:45
Time to stretch

MITTWOCH
16.09.2026

08:00 - 08:30
Just Breathe

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Vinyasa Flow

17:00 - 17:45
Fascia Training

DONNERSTAG
17.09.2026

08:00 - 08:30
Morning Stretch

11:00 - 11:45
Pilates Matwork

16:00 - 16:45
Pilates for Golfers

17:00 - 17:45
Yin Yoga

FREITAG
18.09.2026

08:00 - 08:30
Makko Ho

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

16:00 - 16:45
Flow Tonic

17:00 - 17:45
Time to stretch

SAMSTAG
19.09.2026

08:00 - 08:30
Sun Salutation

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Pilates Class

SONNTAG
20.09.2026

Heute findet kein
Programm statt.