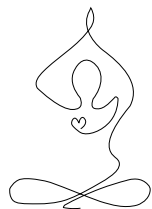


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
01.09.2025

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

DIENSTAG
02.09.2025

08:00 - 08:30
Just Breathe

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Flow Tonic

17:00 - 17:45
Fascia Training

MITTWOCH
03.09.2025

08:00 - 08:30
Face Yoga

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Summer Yoga

17:00 - 17:45
Time to stretch

DONNERSTAG
04.09.2025

08:00 - 08:30
Makko-Ho

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Back in Action

17:00 - 17:45
Fascia Training

FREITAG
05.09.2025

08:00 - 08:30
5 Tibetans

11:00 - 11:45
Pilates for Golfers

16:00 - 16:45
Standing Pilates

17:00 - 17:45
Time to stretch

SAMSTAG
06.09.2025

08:00 - 08:30
Yin Yoga

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

16:00 - 16:45
Pilates Matwork

SONNTAG
07.09.2025

11:00 - 11:45
Klangschalen Meditation
mit Silvia