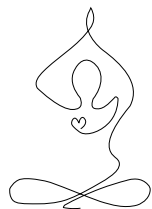


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
15.06.2026

Heute findet kein Programm statt.

DIENSTAG
16.06.2026

08:00 - 08:30

Just Breathe

11:00 - 11:45

Pilates Class

16:00 - 16:45

Flow Tonic

17:00 - 17:45

Yin Yoga

MITTWOCH
17.06.2026

08:00 - 08:30

Body Workout

11:00 - 11:45

Back in Action

16:00 - 16:45

Vinyasa Flow

17:00 - 17:45

Time to stretch

DONNERSTAG
18.06.2026

08:00 - 08:30

Sun Salutation

11:00 - 11:45

Pilates for Golfers

16:00 - 16:45

Be Balanced

17:00 - 17:45

Fascia Training

FREITAG
19.06.2026

08:00 - 08:30

Morning Stretch

11:00 - 11:45

Vinyasa Class

16:00 - 16:45

Total Bodyworkout

17:00 - 17:45

Yin Yoga

SAMSTAG
20.06.2026

08:00 - 08:30

Makko Ho

11:00 - 11:45

Flow Tonic

16:00 - 16:45

Pilates Class

SONNTAG
21.06.2026

08:00 - 08:30

Sun Salutation
mit Nicole Anton-Prass

11:00 - 11:45

Hearth Chakra Meditation
- Anhata Chakra mit
Nicole Anton-Prass

16:00 - 16:45

Yoga Flow
mit Nicole Anton-Prass