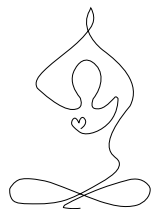


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
28.07.2025

08:30 - 09:00

Yin Yoga

11:00 - 11:45

Pilates Matwork

DIENSTAG
29.07.2025

08:30 - 09:00

Makko-Ho

11:00 - 11:45

Summer Yoga

16:00 - 16:45

Flow Tonic

17:00 - 17:45

Time to stretch

MITTWOCH
30.07.2025

08:30 - 09:00

Face Yoga

11:00 - 11:45

Back in Action

17:00 - 17:45

Fascia Training

DONNERSTAG
31.07.2025

08:30 - 09:00

Abs only

11:00 - 11:45

Vinyasa Flow

16:00 - 16:45

Standing Pilates

FREITAG
01.08.2025

Heute findet kein
Programm statt.

SAMSTAG
02.08.2025

08:30 - 09:00

Just breathe

11:00 - 11:45

Total bodywork

16:00 - 16:45

Hatha Flow

SONNTAG
03.08.2025

11:00 - 11:45

Klangschalen Meditation
mit Silvia