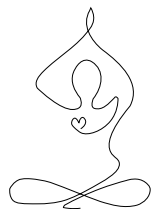


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
28.09.2026

09:00 - 09:30
Qi-Gong mit Sabine
Kauker

DIENSTAG
29.09.2026

08:00 - 08:30
Makko Ho

11:00 - 11:45
Pilates Matwork

16:00 - 16:45
Back in Action

17:00 - 17:45
Yin Yoga

MITTWOCH
30.09.2026

08:00 - 08:30
Morning Stretch

11:00 - 11:45
Pilates class

16:00 - 16:45
Vinyasa Flow

17:00 - 17:45
Time to stretch

DONNERSTAG
01.10.2026

08:00 - 08:30
Yoga Namaskar

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Flow Tonic

17:00 - 17:45
Fascia Training

FREITAG
02.10.2026

08:00 - 08:30
Just Breathe

09:00 - 09:30
Qi-Gong mit Sabine
Kauker

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

16:00 - 16:45
Pilates for Golfers

17:00 - 17:45
Yin Yoga

SAMSTAG
03.10.2026

08:00 - 08:30
Sun Salutation

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Bodyworkout

SONNTAG
04.10.2026

Heute findet kein
Programm statt.