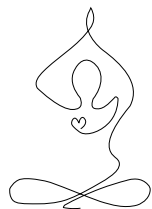


FITNESS

mit Floriana



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

MONTAG
29.06.2026

08:00 - 08:30
Sun Salutation
mit Nicole Prass-Anton

DIENSTAG
30.06.2026

08:00 - 08:30
Makko Ho

11:00 - 11:45
Standing Pilates

16:00 - 16:45
Be Balanced

17:00 - 17:45
Time to stretch

MITTWOCH
01.07.2026

08:00 - 08:30
Body Work

11:00 - 11:45
Flow Tonic

16:00 - 16:45
Pilates Matwork

17:00 - 17:45
Fascia Training

DONNERSTAG
02.07.2026

08:00 - 08:30
Aqua Yoga
mit Nicole Prass-Anton

11:00 - 11:45
Be balanced

16:00 - 16:45
Vinyasa Flow

17:00 - 17:45
Time to stretch

FREITAG
03.07.2026

08:00 - 08:30
Just Breathe

11:00 - 11:45
Back in Action

16:00 - 16:45
Total Body Workout

17:00 - 17:45
Yin Yoga

SAMSTAG
04.07.2026

08:00 - 08:30
Morning Stretch

11:00 - 11:45
Vinyasa Flow

16:00 - 16:45
Standing Pilates

SONNTAG
05.07.2026

Heute findet kein Programm statt.