Aktivprogramm

16. Nov – 22. Nov

Montag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
12.00 Uhr: Pilates Basic (Avalon)
16.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
17.00 Uhr: Stretch & Relax (Avalon)

Dienstag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
12.00 Uhr: Stretch & Relax (Avalon)
15.00 Uhr: Yoga (Avalon)
16.00 Uhr: Wassergymnastik
16.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
17.00 Uhr: Rückengymnastik (Avalon)

Mittwoch

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
12.00 Uhr: Stretch & Relax (Avalon)
16.00 Uhr: Wassergymnastik
16.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
17.00 Uhr: Pilates Basic (Avalon)

Donnerstag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
12.00 Uhr: Pilates Basic (Avalon)
16.00 Uhr: Wassergymnastik
16.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
17.00 Uhr: Rückengymnastik (Avalon)

Freitag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
12.00 Uhr: Faszientraining (Avalon)
15.00 Uhr: Yoga (Avalon)
16.00 Uhr: Wassergymnastik
16.30 Uhr: Meditation in der Darre (Sauna)
17.00 Uhr: Pilates Intensiv (Avalon)

Samstag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Avalon)
12.00 Uhr: Pilates Basic (Avalon)

Sonntag

11.00 Uhr: Wassergymnastik
11.30 Uhr: Meditation in der Darre (Avalon)
12.00 Uhr: Yoga (Avalon)

Information

- kostenlose Teilnahme auf eigene Gefahr
- Teilnahme nur in Sportbekleidung (Ausnahme: Meditation in der Sauna & Wassergymnastik)
- Änderungen vorbehalten

AKTIV IN BAD TATZMANNSDORF

Kostenlose Wanderungen, Bewegungseinheiten und vieles mehr. Jetzt entdecken: