

18.-24. September

Aktivprogramm



i Die Teilnahme am Aktivprogramm ist für Gäste kostenlos und erfolgt auf eigene Gefahr. Änderungen vorbehalten. Teilnahme nur in Sportbekleidung!

MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
11.00 Uhr Wasser- gymnastik	15.00 Uhr Yoga im Avalon	11.00 Uhr Wasser- gymnastik	14.00 Uhr Klang- meditation im Avalon	11.00 Uhr Wasser- gymnastik	13.00 Uhr Stretch&Relax im Avalon	11.00 Uhr Wasser- gymnastik
11.30 Uhr Meditation in der Darre	16.00 Uhr Wasser- gymnastik	11.30 Uhr Meditation in der Darre	15.00 Uhr Faszien- training im Avalon	11.30 Uhr Meditation in der Darre		11.30 Uhr Meditation in der Darre
12.00 Uhr Rücken- gymnastik im Avalon	16.30 Uhr Meditation in der Darre	12.00 Uhr Stretch&Relax im Avalon	16.00 Uhr Wasser- gymnastik	12.00 Uhr Rücken- gymnastik im Avalon		12.00 Uhr Entspannungs- training im Avalon
16.00 Uhr Wasser- gymnastik	17.00 Uhr Rücken- gymnastik im Avalon	16.00 Uhr Wasser- gymnastik	16.30 Uhr Meditation in der Darre	15.00 Uhr Yoga im Avalon		
		16.30 Uhr Meditation in der Darre	17.00 Uhr Rücken- gymnastik im Avalon	16.00 Uhr Wasser- gymnastik		
		17.00 Uhr Dance Workout im Avalon		16.30 Uhr Meditation in der Darre		
				17.00 Uhr Pilates im Avalon		