



Aktivprogramm in der Werdenfelserei



11.09

MONTAG

—

16.00- 17.00 **Bauch-Beine-Po mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption

17.00- 18.00 **Yoga Strong Core & Hula Hoop mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption

12.09

DIENSTAG

—

17.30- 18.30 **Faszientraining mit Thomas***
Treffpunkt Spa Rezeption

18.30- 19.30 **TRX-Training mit Thomas***
Treffpunkt Spa Rezeption

13.09

MITTWOCH

—

16.00- 17.30 **Vinyasa mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption

17.30- 19.00 **Rücken Yoga mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption

14.09

DONNERSTAG

—

17.30- 18.30 **Faszientraining mit Thomas***
Treffpunkt Spa Rezeption

18.30- 19.30 **TRX-Training mit Thomas***
Treffpunkt Spa Rezeption

15.09

FREITAG

—

Heute machen wir mal eine kleine Aktiv-Pause, aber dennoch gibt es für euch in und um die Werdenfelserei jede Menge zu erleben.

Sprecht uns einfach an und wir geben euch gerne Tipps für tolle Abenteuer und Erlebnisse.

16.09

SAMSTAG

—

16.00- 17.30 **Vinyasa mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption

17.30- 19.00 **Rücken Yoga mit Susanne***
Treffpunkt Spa Rezeption