

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

|                                                          |                                                                                                |                                                           |                                                       |                       |
|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------|
| Anreise                                                  | ab 7.00 Uhr Frühstück                                                                          | ab 7.00 Uhr Frühstück                                     | ab 7.00 Uhr Frühstück                                 | ab 7.00 Uhr Frühstück |
|                                                          | 8.00 Uhr Qi Gong                                                                               | 8.00 Uhr Nature Walk                                      | 8.00 Uhr Yoga                                         | 8.30 Uhr Waldbaden    |
|                                                          | 10.00 Uhr Fußreflexzonenmassage mit Baldrianfußbad (60 min) und TCM Leberwickel in Kombination | 10.00 Uhr 1:1 Coaching mit unserem Ernährungsexperten Jan | 10.00 Uhr Signature Treatment Detox (90 min)          | Abreise               |
| ab 12.00 Uhr Detox Lunch                                 | ab 12.00 Uhr Detox Lunch                                                                       | ab 12.00 Uhr Detox Lunch                                  | ab 12.00 Uhr Detox Lunch                              |                       |
|                                                          | 14.00 Uhr Juice Lab                                                                            | 14.00 Uhr Lymphdrainage Teilkörperbehandlung (40 min)     | 13.30 Uhr TCM Detox Bad (25 min)                      |                       |
| 16.00 Uhr Informationsgespräch zu Ihrem Detox Aufenthalt |                                                                                                | 16.00 Uhr Detox Lab                                       | 14.15 Uhr Lymphdrainage Teilkörperbehandlung (40 min) |                       |
| ab 18.00 Uhr Detox Abendessen                            | ab 18.00 Uhr Detox Abendessen                                                                  | ab 18.00 Uhr Detox Abendessen                             | ab 18.00 Uhr Detox Abendessen                         |                       |