

AKTIVPROGRAMM [ACTIVITY PROGRAM] 10.11. - 16.11.2025

UHRZEIT TIME	MONTAG MONDAY	DIENSTAG TUESDAY	MITTWOCH WEDNESDAY	DONNERSTAG THURSDAY	FREITAG FRIDAY	SAMSTAG SATURDAY	SONNTAG SUNDAY
08.30-09.00	08.30 - 10.00 Morning Walk mit Jan morning walk with Jan	08.30- 09.15 Face Yoga mit Hannah face yoga with Hannah	08.30 - 10.00 Waldbaden mit Musik (Handpan) mit Vedat forest bathing with Vedat	08.30- 09.15 Face Yoga mit Radka face yoga with Radka	08.30 - 10.30 Naturwalk mit Jan nature Walk with Jan	09.00- 09.45 Face Yoga mit Radka face yoga with Radka	09.00 -10.00 Power Yoga mit Mateja power yoga with Mateja
09.00-11.00							
11.00-12.00		11.00 - 12.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrien & detox		11.00 - 12.00 FAQ mit Jan - alles über Ernährung, Diäten, etc faq with Jan - all about nutrition, diets, etc.	11.00 - 12.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrien & detox		
12.00-13.00	12.30 - 13.30 Chefstable mit Health Concierge Jan Chefstable with Jan						12.00 - 17.00 Adventausstellung Egg & Andelsbuch
14.00-15.00			14.00- ca. 15.00 Juicing Lab zum Thema frisch gepresste Säfte juicing lab on the topic of freshly squeezed juices				
15.00-16.00	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	15.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath
16.00-17.00		16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	16.00 - 17.00 Power Yoga Mateja power yoga with Mateja			16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna
17.00 - 18.00	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna (MUSKULATUR) infusion garden sauna	17.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna (DESTRESS) infusion garden sauna	17.45 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	17.00 -18.00 Pilates mit Mateja pilates with Mateja	17.00 - 18.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	17.00- 17.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba