



UHRZEIT TIME	MONTAG MONDAY	DIENSTAG TUESDAY	MITTWOCH WEDNESDAY	DONNERSTAG THURSDAY	FREITAG FRIDAY	SAMSTAG SATURDAY	SONNTAG SUNDAY	
08.00-09.00		08.30 - 10.00 Achtsamer Klangspaziergang (Handpan) mit Vedat Mindful Sound Walk		08.30 - 10.00 Achtsamer Klangspaziergang (Handpan) mit Vedat Mindful Sound Walk	8.30 - 09.30 Pilates mit Mateja pilates with Mateja		08.00 - 09.00 Power Yoga mit Mateja power yoga with Mateja	
09.00-11.00	09.00- 09.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba		09.00- 09.45 Face Yoga mit Hannah face yoga with Hannah			09.00- 09.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba	10.30 Sonderführung im Museum Bezau "die Wälderinnen" anlässlich des Weltfrauentages guided tour of bezau museum	
11.00-12.00		11.00 - 12.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrition & 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 nutrition & detox			
12.00-14.00	12.30 - 13.30 Chefstable mit Health Concierge Jan Chefstable with Jan	AKTIVPROGRAMM [ACTIVITY PROGRAM] 02.03. - 08.03.2026						
14.00-15.00		14.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	14.00- ca. 15.00 Juicing Lab zum Thema frisch gepresste Säfte juicing lab on the topic of freshly squeezed juices		14.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna			
15.00-16.00	15.00 Führung Museum Bezau guided tour of bezau museum	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 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	16.00- 17.00 Detox your mind Räuchern zur Energieveränderung mit Margot (deutschsprachig Outdoor)	16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia		
17.00 - 18.00	17.30 Sauna Aufguss Panoramasauna [DETOX] infusion garden sauna	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna [MUSKULATUR] infusion garden sauna	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna [DESTRESS] infusion garden sauna	17.30 Sauna Aufguss Panoramasauna [DETOX] infusion garden sauna	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	