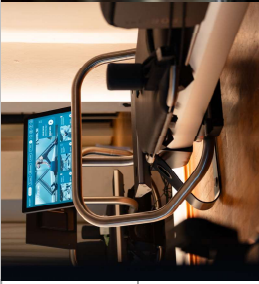


AKTIVPROGRAMM [ACTIVITY PROGRAM] 25.05. - 31.05.

UHRZEIT TIME	MONTAG MONDAY	DIENSTAG TUESDAY	MITTWOCH WEDNESDAY	DONNERSTAG THURSDAY	FREITAG FRIDAY	SAMSTAG SATURDAY	SONNTAG SUNDAY
08.00-09.00			NEW 08.00 -08.30 08.30-09.00 Einführung Reformer Pilates mit Magdalena je 2 Anmeldungen möglich		08.30 -09.30 Power Yoga mit Mateja power yoga with Mateja	NEW 08.00 -08.30 08.30-09.00 Einführung Reformer Pilates mit Magdalena je 2 Anmeldungen möglich	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	09.30- 10.15 Progressive Muskelentspannung mit Jan progr. muscle relaxation		09.00 - 10.00 Morgendlicher Natur- & Wissensspaziergang Morning nature & knowledge walk	10.00 - 11.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrition & detox	09.00 -09.30 09.30 -10.00 Einführung Reformer Pilates mit Magdalena je 2 Anmeldungen möglich	10.45 / 13.45 / 15.45 (Abfahrt Bahnhof Bezau) Fahrt mit dem Wälderbähngle kostenpflichtig
11.00-12.00							
12.00-13.00							
14.00-15.00	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	14.00 - 15.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrition & detox	14.00- ca. 15.00 Juicing Lab zum Thema frisch gepresste Säfte juicing lab on the topic of freshly squeezed juices	14.00 - 15.00 FAQ mit Jan - alles über Ernährung, Diäten, etc faq with Jan - all about nutrition, diets, etc,	14.30 - 15.30 Helden in Grün Manufakturbesichtigung in Schwarzenberg mit Voranmeldung	10.45 / 13.45 / 15.45 (Abfahrt Bahnhof Bezau) Fahrt mit dem Wälderbähngle kostenpflichtig	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath
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 Führung Museum Bezau guided tour of bezau museum
16.00-17.00	16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	16.00- 16.45 Face Yoga mit Hannah face yoga with Hannah	16.00- 16.45 Progressive Muskelentspannung mit Jan progr. muscle relaxation		16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna
17.00 - 18.00	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna infusion garden sauna		16.00 Führung Museum Bezau guided tour of bezau museum	17.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	17.00- 17.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba	17.30 Sauna Aufguss Gartensauna infusion garden sauna	17.00- 17.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba