

UHRZEIT TIME	MONTAG MONDAY	DIENSTAG TUESDAY	MITTWOCH WEDNESDAY	DONNERSTAG THURSDAY	FREITAG FRIDAY	SAMSTAG SATURDAY	SONNTAG SUNDAY
08.00-09.00	08.00 - 09.00 Pilates mit Justine Pilates with Justine		09.30 / 11.30 / 13.45 / 15.45 (Abfahrt Bahnhof Bezau) Fahrt mit dem Wälderbähnle [DIESEL] kostenpflichtig		08.00 - 09.00 Pilates mit Justine Pilates with Justine		08.00 -09.00 Power Yoga mit Mateja power yoga with Mateja
09.00-10.00		09.00 - 10:00 Progressive Muskelentspannung mit Jan progr. muscle relaxation	09.00 - 10.00 Pilates mit Justine Pilates with Justine	09.00 - 10.00 Morgendlicher Natur- & Wissensspaziergang Morning nature & knowledge walk		09.00- 09.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba	10.45 / 13.45 /15.45 (Abfahrt Bahnhof Bezau) Fahrt mit dem Wälderbähnle kostenpflichtig
10.00-11.00					11.00 - 12.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrion & detox		
11.00-12.00					AKTIVPROGRAMM [ACTIVITY PROGRAM] 17.08. - 23.08.		
12.00-13.00							
13.00-14.00		13.00 - 14.00 Detox Lab mit Jan - alles über Ernährung & Detox detox lab with Jan - all about nutrion & detox	14.00- ca. 15.00 Juicing Lab zum Thema frisch gepresste Säfte juicing lab on the topic of freshly squeezed juices			10.45 / 13.45 /15.45 (Abfahrt Bahnhof Bezau) Fahrt mit dem Wälderbähnle kostenpflichtig	13.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath
14.00-15.00	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath		14.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	14.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	
15.00-16.00	15.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	15.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	16.00 Führung Museum Bezau guided tour of bezau museum	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	15.00 Führung Museum Bezau guided tour of bezau museum	16.00 - 17.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	16.00 Basenpeeling im Dampfbad alkaline peeling in the steam bath	16.30 - 17:15 Progressive Muskelentspannung mit Jan progr. muscle relaxation	16.00- 16.45 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba	16.30 Sauna Aufguss Panorama Sauna infusion panorama sauna	16.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna
17.00 - 18.00	17.15- 18.00 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba	17.00 - 17.30 17.30 - 18.00 Einführung Reformer Pilates mit Magdalena je 2 Anmeldungen möglich			17.00 Ice Drop in der Gartensauna infusion garden sauna	17.00 - 18.00 Yoga mit Claudia yoga with Claudia	17.15- 18.00 Qi Gong mit Csaba qi gong with Csaba