

„BALANCE YOUR LIFE“ WOCHENPROGRAMM WINTER

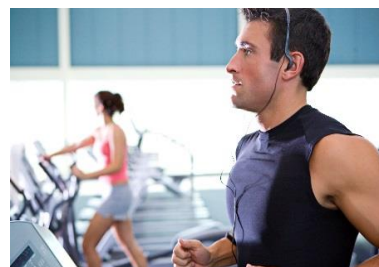
ZEIT	TREFFPUNKT	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
13.00-14.00 Uhr	SPA Rezeption			RÜCKENFIT mit Bettina	FITNESS - TREFF mit Bettina	KÖRPERMITTE STÄRKEN -FITNESS FÜR FRAUEN mit Bettina		
17.30-18.30 Uhr	SPA Rezeption						YOGA mit Jasmin	

Um Voranmeldung an der SPA Rezeption wird gebeten.

„BALANCE YOUR LIFE“ WEEKLY PROGRAM WINTER

TIME	MEETING POINT	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
01.00-02.00 p.m.	SPA reception			HEALTHY BACK with Bettina	FITNESS with Bettina	STRENGTHEN YOUR BODY'S CORE -FITNESS FOR WOMEN with Bettina		
05.30-06.30 p.m.	SPA reception						YOGA with Jasmin	

We do please you for your prereservation at our SPA reception.



PROGRAMMA PER LA SETTIMANA INVERNO

QUANDO	PUNTO D'INCONTRO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
13.00-14.00	SPA Reception			GINNASTICA per la SCHIENA oppure NORDIC WALKING OUTDOOR con Bettina	INCONTRO di FITNESS con Bettina	Rafforzare la parte centrale -FITNESS per le DONNE con Bettina		
17.30-18.30	SPA Reception						YOGA con Jasmin	

Si prega di registrarsi alla reception nel SPA.

Программа на неделю зима

Место сбора	Место сбора	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
13.00-14.00	СПА Ресепшн			ЗДОРОВАЯ СПИНА или СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА с Бетиной	ФИТНЕС с Бетиной	СИЛА ДЛЯ ВАШЕГО ТЕЛА - ФИТНЕС ДЛЯ ЖЕНЩИН с Бетиной		
17.30-18.30	СПА Ресепшн						ЙОГА с жасмин	

Мы просим Вас оставлять ваши предварительные бронирования на стойке СПА ресепшн.