

Sport- & Aktiv-Programm						Woche ...
Datum/Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
JULI 2018						
08:00	Klettern Hochseilgarten	Geführte Fahrradtour	Panoramawanderung	Nordic Walking Technikkurs	Wassergymnastik	Kanu-Tour
09:30	Kräuterwanderung	Nordic Walking	Kanu-Tour	Radwandern	Nordic Walking	Wirbelsäulen- gymnastik
11:00		Bogenschießen		Kulturwanderung	Bogenschießen	Aqua Fit
12:30	Golf- Schnupperstunde		Golf- Schnupperstunde		Golf- Schnupperstunde	
14:00	Lamatrekking	Mountainbike-Tour	Radwandern	Mountainbike-Tour	Westernreiten	Nordic Walking Technikkurs
15:30	Aqua Fit	Muskelentspannung	Stretching			Fitness Zirkel
17:00	Stretching	Wirbelsäulen- gymnastik	Pilates	Stretch & Relax	Stretching	Autogenes Training
Legende: Räume bzw. Treffpunkt	Fitnessraum	Pool	Relaxium	Hotelhalle		