

Well-fit-carribean-week in Punta Cana

23. Januar bis 3. Februar 2019

Seite 1

KURSPLAN PROVISORISCH

Tag	Zeit	Lektion	Min.	Instruktor
Mittwoch 23. Januar	Anreisetag	Hinflug nach Punta Cana, Bustransfer zum Hotel, Zimmerbezug, Nachtessen		
Donnerstag 24. Januar	08.30	Good Morning Yoga	30	José
	10.00	Besichtigung Hotel- und Kursplätze	60	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	Hanspi
	16.30	Beach Aerobic	30	Hanspi
	17.00	Pilates	30	José
	17.30	Sunset Relax	20	José
Freitag 25. Januar	08.30	Good Morning Pilates	30	José
	10.00	Beach Bodytoning	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	José
	15.30	Einführung ins Schnorcheln	45	Hanspi
	16.30	Beach Latin Dance	30	José
	17.00	TRX	30	Hanspi
	17.30	Sunset Relax	20	José
Samstag 26. Januar	08.30	Good Morning Body&Mind	30	José
	10.00	Beach Functional Circuit	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	Hanspi
	16.30	Pilates	30	José
	17.00	TRX	30	Hanspi
	17.30	Sunset Relax	20	José
Sonntag 27. Januar	08.30	Good Morning Pilates	30	José
		Tag zur freien Verfügung / Beach / Ausflüge		
Montag 28. Januar	08.30	Good Morning Yoga	30	José
	10.00	MyCORE	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	José
	15.30	Schnorcheln	45	Hanspi
	16.30	Beach Dance Aerobic	30	José
	17.00	TRX	30	Hanspi
	17.30	Sunset Relax	20	José
Dienstag 29. Januar	08.30	Good Morning Yoga	30	José
	10.00	Beach Bodytoning	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	Hanspi
	16.30	Boost	30	José
	17.00	TRX	30	Hanspi
	17.30	Sunset Relax	20	José

Well-fit-carribean-week in Punta Cana

23. Januar bis 3. Februar 2019

Seite 2

KURSPLAN PROVISORISCH

Tag	Zeit	Lektion	Min.	Instruktor
Mittwoch 30. Januar	08.30	Good Morning Body&Mind	30	José
	10.00	MyCORE	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	José
	15.30	Schnorcheln	45	Hanspi
	16.30	Pilates	30	José
	17.00	TRX	30	Hanspi
	17.30	Sunset Relax	20	José
Donnerstag 31. Januar	08.30	Good Morning Pilates	30	José
		Tag zur freien Verfügung / Beach / Ausflüge		
Freitag 01. Februar	08.30	Good Morning Pilates	30	José
	10.00	Beach Functional Circuit	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	Hanspi
	16.30	Beach Latin Dance	30	José
	18.00	TRX	30	Hanspi
	18.30	Sunset Relax	20	José
Samstag 02. Februar	08.30	Good Morning Yoga	30	José
	10.00	MyCORE	30	Hanspi
	12.30	Aqua-Fit	30	Hanspi&José
	Rückreise	Bustransfer zum Flugplatz, Rückflug		
Sonntag 03. Februar	Rückreise	Ankunft in Zürich-Kloten		

Änderungen vorbehalten

Hinweis: ABC-Ausrüstung (Schnorchel-Ausrüstung inkl. Flossen) wenn vorhanden mitbringen. Eine Miete der Ausrüstung ist gegen Gebühr im Hotel auch möglich. Alle Tauchaktivitäten können in der Tauchbasis im Hotel gebucht werden. Weitere Infos betreffend Tarife werden auf vor Ort bekanntgegeben.