



Aktivprogramm – KW 16

15.04.2024 – 21.04.2024

15.04. Montag	16.04. Dienstag	17.04. Mittwoch	18.04. Donnerstag	19.04. Freitag	20.04. Samstag	21.04. Sonntag
<i>7.00 – 9.00 Uhr Morgenkaffee im Wellness-Bistro / 7:00 – 10:30 Uhr Sektfrühstück im Restaurant</i>						
Wanderservice nach Wolfach Abholung 14:30 Uhr	09:00 – 09:30 Uhr Aqua-Fit mit Sascha	10:30 – 12:30 Uhr Kräuterwanderung mit unserer Kräuterpädagogin Moni	10:30 – 12:00 Uhr Yoga mit Rosi	09:00 – 09:30 Uhr Aqua-Fit mit Sascha	10:30 – 12:30 Uhr geführte Wanderung "Rund um St. Roman" mit Sascha	Wir wünschen allen abreisenden Gästen eine gute Heimfahrt!
	10:00 – 10:45 Uhr Stretch & Relax mit Sascha		12:15 – 13:15 Uhr Autogenes Training mit Rosi	10:00 – 10:45 Uhr progressive Muskelentspannung mit Sascha		
<i>12.00 bis 13.30 Uhr Mittagsimbiss im Rahmen der Halbpension im Wellness – Bistro</i>						
14:45 – 15:45 Uhr Yoga mit Annette	Kennen Sie bereits unsere Brainlight Massage-Sessel ? Coins an unserer Rezeption!		Nutzen Sie doch heute unsere vielfältigen Angebote in unserer Schwarzwald Oase!		17:30 – 18:15 Uhr progressive Muskelentspannung mit Sascha	***
<i>13.30 bis 16.30 Uhr Kaffee & Kuchen im Rahmen der Halbpension im Wellness-Bistro</i>						
<u>Heute für Sie in der Sauna: Annette</u> 13:30 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 14:00 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	<u>Heute für Sie in der Sauna: Sascha</u> 17:00 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 16:45 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	<u>Heute für Sie in der Sauna: Sascha</u> 17:00 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 16:45 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	<u>Heute für Sie in der Sauna: Sascha</u> 17:00 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 16:45 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	<u>Heute für Sie in der Sauna: Sascha</u> 17:00 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 16:45 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	<u>Heute für Sie in der Sauna: Sascha</u> 17:00 Uhr Aufguss in der Panoramasauna 16:45 Uhr Salzpeeling im Dampfbad	Öffnungszeiten Sauna 11:00 – 22:00 Uhr Hallenbad 6:00 – 22:00 Uhr Beheiztes Freibad 7:30 – 9:30 14:30 – 18:00 Uhr
<i>Bitte finden Sie sich von 18.00 bis 19.30 Uhr zum Abendessen im Restaurant ein.</i>						
<p>Anmeldung Bitte melden Sie sich für alle Programmpunkte am Vorabend (Kurse vormittags) bzw. bis 10.30 Uhr (Kurse ab 12.00 Uhr) an der Rezeption an. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Mindestteilnehmerzahl: 2 Personen.</p>						

Stand: 14.04.2024 – Änderungen vorbehalten.