















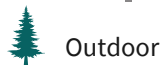


Aktivprogramm vom 08.06.2026 bis zum 14.06.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>Von 07:50-08:15 Uhr ist der Freiraum reserviert</p> <p>Von 10:00-12:00 Uhr sind der Freiraum und das Fitnessstudio reserviert</p> <p> 10:30-13:00 Uhr Waldbaden mit Bettina Mindestteilnehmer: 3 Treffpunkt: Rezeption</p> <p>Von 11:15-12:30 Uhr ist das Hallenbad reserviert</p> <p>Von 14:00-16:00 Uhr sind der Freiraum und das Fitnessstudio reserviert</p> <p> 16:30 - 17:00 Uhr Tiefenentspannung mit Jessica</p> <p>Von 16:30-17:30 Uhr ist das Hallenbad reserviert</p>	<p>Von 07:50-08:15 Uhr ist der Freiraum reserviert</p> <p>Von 09:45-11:15 Uhr sind der Freiraum und das Fitnessstudio reserviert</p> <p>Von 11:15-12:30 Uhr ist das Hallenbad reserviert</p> <p> 14:00-15:30 Uhr Kleiner Spaziergang mit Lucas Treffpunkt: Rezeption</p> <p> 17:15 - 17:45 Uhr Traumreise mit Eva im Freiraum Tiefe Entspannung durch eine Reise in die Fantasie in bewusster Atmosphäre.</p>	<p>Von 07:30-08:00 Uhr ist das Hallenbad reserviert</p> <p>Von 10:00-12:00 Uhr sind der Freiraum und das Fitnessstudio reserviert</p> <p>Von 14:00-16:30 Uhr sind der Freiraum und das Fitnessstudio reserviert</p> <p> 14:15 - 15:45 Uhr Black Forest Walking mit Romy Treffpunkt: Rezeption Halten Sie den Körper in den Wäldern des Schwarzwalds, mit Einsatz der Stöcke, fit und bringen Sie Ihre Fettverbrennung in Schwung.</p> <p> 17:30 Uhr Aufguss mit Lucas in der Panorama-Außensauna</p>	<p>Von 07:50-08:15 Uhr ist der Freiraum reserviert</p> <p> 08:15-08:45 Uhr Aqua Fit mit Romy im Schwimmbad</p> <p> 10:00 - 13:00 Uhr Geführte Wanderung mit Herrn Weber Mindestteilnehmer: 2</p> <p> 15:00 - 16:00 Uhr Basischer Kochworkshop mit Rivelino Treffpunkt: Restaurant Erfahren Sie, wie gesund und lecker die basische Küche sein kann.</p> <p> 19:30 - 20:15 Uhr Meditatives Singen mit Bettina Mindestteilnehmer: 3 Treffpunkt: Rezeption In positiver Atmosphäre, findet jeder seinen Platz in einem gemeinsamen Gleichklang. 15,00 € pro Person.</p>	<p> 10:15 - 11:15 Uhr Pilates mit Romy im Freiraum Pilates kräftigt Ihren Körper, steigert die Beweglichkeit und verbessert Ihre Haltung</p> <p> 15:15 - 16:00 Uhr Stretch & Flow mit Romy im Freiraum Mal dynamisch, mal statisch dehnen wir verschiedene Bereiche des Körpers. Wir fließen und genießen, sodass du dich am Ende beweglicher und entspannter fühlst.</p> <p> 17:30 Uhr Aufguss mit Lucas in der Panorama-Außensauna</p>	<p> 13:15 - 13:45 Uhr Klangreise mit Petra im Freiraum Tiefe Entspannung durch eine Fantasiereise mit sanften Schwingungen von Klangschalen</p> <p> 15:15 - 15:45 Uhr Bewusst Atmen mit Petra im Freiraum Bringen Sie Körper und Geist durch spezielle Atemtechniken in Einklang.</p> <p> 16:30 Uhr Aufguss mit Lucas in der Panorama-Außensauna</p>	



Outdoor



Körperkräftigung



Ganzheitlich



Meditation & Entspannung



Kreativprogramm

Bitte melden Sie sich für alle Kurse an der Hotel Rezeption an.