



DAS
EDELWEISS

SALZBURG MOUNTAIN RESORT
FAMILIE HETTEGGER

Aktivprogramm DAS EDELWEISS

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:15 – 07:50	Power Yoga	Yin Yoga			Faszientraining		Yin Yoga
08:00 – 09:00				Aqua Fit			
08:30 – 09:15	FIT mit Mobility	Faszientraining	Zumba		Yin Yoga		Full Body Workout
10:00 – 10:45	Yoga	Pilates					Faszientraining
13:15 – 14:15			Smoovey Ringe/ Walking Tour				
14:45 – 15:30	Rücken & Bauch	Rücken & Bauch			Full Body Workout		Pilates
16:00 – 16:30	Faszientraining				Pilates		
16:30 – 16:45		Saunaaufguss	Saunaaufguss	Saunaaufguss	Saunaaufguss		Saunaaufguss
17:00 – 18:00				Back & Balance			
17:30 – 17:45		Saunaaufguss	Saunaaufguss	Saunaaufguss	Saunaaufguss		Saunaaufguss

WICHTIGE INFORMATIONEN:

- Allgemeine Änderungen jederzeit vorbehalten
- Bitte zu den jeweiligen Kursen bequeme Kleidung anziehen