



Flowing Om

Yoga und Pilates • Christiane Wolff

Ablaufplan Yoga & Pilates-Wochenende

Freitag:

- ab 10:00 Uhr können Anwendungen aus dem Kosmetik- und Massageprogramm zusätzlich gebucht werden.
- 16:00 Uhr Teeempfang mit Kuchen, Begrüßung, anschl. Yoga bis 19:00 Uhr
- 19:30 Uhr leichtes Abendessen als Drei-Gang-Menü

Samstag:

- 08:00 Uhr Yoga
- 09:00 Uhr Frühstück
- 11:00-12:30 Uhr Pilates
- 13:00 Uhr Mittagessen (Auswahl aus 3 leichten Gerichten)
- ab 14:00 Uhr Nutzung GARDEN SPA
10 % auf die kompletten Wellnessanwendungen des Hotels bei einer Reservierung bis spätestens 2 Wochen vor Anreise.
- ab 15:30 Uhr Kaffee und Kuchen im Wintergarten
- 17:00-19:00 Uhr Yoga
- 19:30 Uhr leichtes Abendessen als Drei-Gang-Menü

Sonntag:

- 08:00 Uhr Yoga
- 09:00 Uhr Frühstück
- 11:00 Uhr Pilates
- 13:00 Uhr Mittagessen (Auswahl aus 3 leichten Gerichten)
- gegen 14:00 Uhr Gelegenheit zur Buchung von zusätzlichen Anwendungen aus dem Kosmetik und Massageangebot