



Aktivprogramm – KW 30

22.07.2024 – 28.07.2024

22.07. Montag	23.07. Dienstag	24.07. Mittwoch	25.07. Donnerstag	26.07. Freitag	27.07. Samstag	28.07. 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	14:00 – 14:45 Uhr Aqua- Gymnastik mit Manuel (bei schönem Wetter im Außenpool)	10:30 – 12:30 Uhr Kräuterwanderung mit unserer Kräuterpädagogin Moni	10:30 – 12:00 Uhr Yoga mit Rosi	Ausflugstipp: Schiltach, offene Stadtführung für jedermann! 15:00 Uhr – 16:00 Uhr	16:00 – 16:30 Uhr Aqua – Fit (bei schönem Wetter im Außenpool) mit Angela	Wir wünschen allen abreisenden Gästen eine gute Heimfahrt!
			12:15 – 13:15 Uhr Autogenes Training mit Rosi			
<i>12.00 bis 13.30 Uhr Mittagsimbiss im Rahmen der Halbpension im Wellness – Bistro</i>						
	15:00 – 16:00 Uhr Seniorengymnastik 69+ mit Manuel		Nutzen Sie doch heute unsere vielfältigen Angebote in unserer Schwarzwald Oase!	Treffpunkt: Schüttesägemuseum (Hauptstraße 1) Die Teilnahme ist kostenlos!	17:00 – 18:00 Uhr Entspannung für Körper, Geist und Seele mit Kräutern und Harzen mit Angela	***
<i>13.30 bis 16.30 Uhr Kaffee & Kuchen im Rahmen der Halbpension im Wellness-Bistro</i>						
<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: 21.07.2024 – Änderungen vorbehalten.