

# SPORTPROGRAMM

## MONTAG

10.15-11.15 Uhr  
OUTDOOR TRAINING  
Treff: Hotelrezeption

11.30-12.00 Uhr  
AQUA FIT  
Treff: Therme

12.15-13.00 Uhr  
FASZIEN TRAINING  
Treff: Fitnessraum

## DIENSTAG

10.15-11.15 Uhr  
NORDIC WALKING  
Treff: Hotelrezeption

11.30-12.00 Uhr  
AQUA FIT  
Treff: Therme

12.15-13.00 Uhr  
MOBILITY  
Treff: Fitnessraum

## MITTWOCH

12.00-13.00 Uhr  
TRIMM DICH PFAD  
Treff: Hotelrezeption

13.15-13.45 Uhr  
AQUA FIT  
TREFF: THERME

14.00-14.45 Uhr  
BAUCH / BEINE / PO  
Treff: Fitnessraum

## DONNERSTAG

10.15-11.30 Uhr  
NORDIC FITNESS  
Treff: Hotelrezeption

13.30-14.00 Uhr  
AQUA FIT  
Treff: Therme

14.15-15.00  
THAI CHI  
Treff: Fitnessraum

## FREITAG

10.30-11.00 Uhr  
AQUAFIT  
Treff: Therme

12.00-13.30 Uhr  
WIKINGERSCHACH  
Treff: Hotelrezeption

Individuelles  
PERSONAL TRAINING  
Termine nach  
Vereinbarung  
0152/56167598

## SAMSTAG

10.15-10.45 Uhr  
AQUA FIT  
Treff: Therme

11.00-12.30 Uhr  
SPORTLICHE  
WANDERUNG

RAUS IN DIE NATUR!  
AKTIVE TOUR RUND UM  
BAD GRIESBACH



Liebe Gäste,

erscheinen Sie bitte pünktlich und in passender Sportkleidung zu den Veranstaltungen. Alle Kurse finden unter Einhaltung unserer Hygienevorschriften statt. Wir bitten Sie, sich für die einzelnen Kursangebote anzumelden. Bitte beachten Sie zudem, dass ein freies Training nur außerhalb der Kurszeiten möglich ist. Vielen Dank!