



Wellness - Aktivprogramm

für die Woche vom 13. Juli bis 19. Juli 2026

Haben Sie Ihre
SPA-Behandlung
schon gebucht?

Unser Tipp:
Lernen Sie unser Team hinter
den Kulissen kennen und buchen
Sie Ihren persönlichen Kitchen
Talk.



Montag

13. Juli 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Florentine	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
10:30 - 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
17:30 - 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Sekt und Häppchen Kostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche
15:00 - 18:00 Uhr	Genießen Sie einen Aperó in der Lounge	Poststrasse 12



Termine mit Sternchen:
*Bitte melden Sie sich am
Vorabend an der Rezeption an

Dienstag

14. Juli 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Florentine	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
09:30 - 10:10 Uhr	Gymnastik für den Rücken	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
17:30 - 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Sekt und Häppchen Kostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche

Mittwoch

15. Juli 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Florentine	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
09:30 - 10:10 Uhr	Gymnastik für den ganzen Körper	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
17:30 - 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Sekt und Häppchen Kostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche

Donnerstag

16. Juli 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Florentine	Pool
09:00 – 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
10:30 – 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
17:30 – 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Sekt und Häppchen Kostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche

Freitag

17. Juli 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Florentine	Pool
09:00 – 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
10:30 – 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
15:00 – 18:00 Uhr	Genießen Sie einen Aperó in der Lounge	Poststrasse 12
17:30 – 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Sekt und Häppchen Kostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche

Samstag

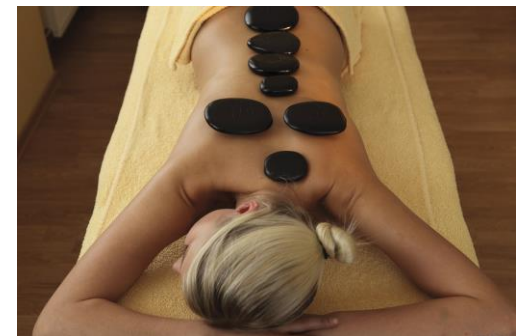
18. Juli 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Marina	Pool
09:00 – 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
09:30 – 10:10 Uhr	Gymnastik für Bauch, Beine und Po	Gymnastikraum
10:30 – 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
15:00 – 19:30 Uhr	Genießen Sie einen Aperó in der Lounge	Poststrasse 12

Sonntag

19. Juli 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Marina	Pool
09:30 – 10:10 Uhr	Gymnastik für Bauch, Beine und Po	Gymnastikraum
10:30 – 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption



Termine mit Sternchen:
*Bitte melden Sie sich am
Vorabend an der Rezeption an