



Wellness - Aktivprogramm

für die Woche vom 10. August bis 16. August 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

10. August 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Vivi	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
09:30 - 10:10 Uhr	Gymnastik mit Vivi	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Qi Walking für neue Energie	Start Rezeption
13:15 - 14:00 Uhr	Entspannungsübungen	Gymnastikraum
17:30 - 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Häppchen und Sekt Unkostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche



Dienstag

11. August 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Vivi	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteinweisung	Fitnessraum
09:30 - 10:10 Uhr	Gymnastik mit Vivi	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Nordic Walking um Höchenschwand	Start Rezeption
13:15 - 14:00 Uhr	Entspannungsübungen	Gymnastikraum
15:00 - 19:30 Uhr	Lounge – Bar mit Shoperlebnis	Poststrasse
17:30 - 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Häppchen und Sekt Unkostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche



Mittwoch

12. August 2026

08:15 - 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Vivi	Pool
09:00 - 09:15 Uhr	Geräteinweisung	Fitnessraum
09:30 - 10:10 Uhr	Gymnastik mit Vivi	Gymnastikraum
10:30 - 12:00 Uhr	Smovey – Walk mit Smovey – Ringen	Start Rezeption
13:15 - 14:00 Uhr	Entspannungsübungen	Gymnastikraum

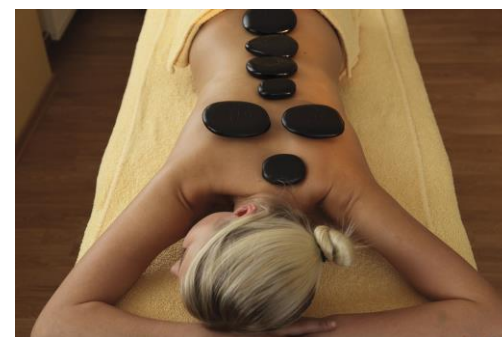


Termine mit Sternchen:
*Bitte melden Sie sich am
Vorabend an der Rezeption an

Freitag

14. August 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik mit Vivi	Pool
09:00 – 09:40 Uhr	Gymnastik mit Vivi	Gymnastikraum
10:30 – 12:00 Uhr	Nordic Walking	Start Rezeption
13:15 – 14:00 Uhr	Entspannungsübungen	Gymnastikraum
15:00 – 19:30 Uhr	Lounge – Bar mit Shoperlebnis	Poststrasse
17:30 – 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Häppchen und Sekt Unkostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche



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

Samstag

15. August 2026

08:15 – 08:45 Uhr	Wassergymnastik	Pool
09:00 – 09:15 Uhr	Geräteeinweisung	Fitnessraum
09:30 – 10:10 Uhr	Gymnastik	Gymnastikraum
10:30 – 12:00 Uhr	Smovey Wanderung	Start Rezeption
17:30 – 18:00 Uhr	*Kitchen Talk mit Häppchen und Sekt Unkostenbeitrag 15,00 € pro Person	Küche

Sonntag

16. August 2026

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