



SONNTAG, 16. 06. 2019 – SAMSTAG, 22. 06. 2019

WIR BEGRÜSSEN SIE SEHR HERZLICH
IM ALPENRESORT SCHWARZ

GUT ZU WISSEN

MO – MI UND FR VON 08:00 - 09:00 UHR ANIMATION INFOPOINT

In der Lobby erhalten Sie von unserem Animationsteam Informationen über unsere Outdooraktivitäten.

SPORT-AUSRÜSTUNG IM VERLEIH VORHANDEN:

Citybikes, Wanderschuhe, Rucksäcke, Wanderstöcke uvm.
Mountainbikes, E-Bikes (gegen Gebühr).

MOUNTAINBIKES | E-MOUNTAINBIKES | E-MOUNTAINBIKES FULLY

City-Bike: kostenlos,
Mountainbike: € 20,00, E-Mountainbike: € 34,00,
E-Mountainbike Fully: € 48,00,
E-Kickbike: € 20,00 (60 Minuten – zur vollen Stunde)

TIPPS FÜR PLATEAUWANDERUNGEN

- * Stöttlalm Rundwanderweg um den Golfplatz Mieming
Gehzeit: ca. 1 Stunde
- * Lärchenwiesen Wanderung – mit dem öffentlichen Bus nach
Obsteig und durch die Lärchenwiesen retour zum Hotel
Gehzeit: ca. 2,5 Stunden

À LA CARTE RESTAURANT GREENVIEH

Montag bis Sonntag von 10:00 Uhr bis 24:00 Uhr.
Sie können Ihr Dinner gerne wahlweise im Hotelrestaurant
oder á la Carte in unserem Golf-Restaurant Greenvieh genießen.
Im Rahmen der Verwöhnspension erhalten Sie für das Greenvieh eine
Genuss-Gutschrift von € 30,00 pro Person (nur am Abend)
für die Erwachsenen. (Getränke sind vom Voucher ausgenommen)
Für Kinder bis 14 Jahre ist das Abendessen auch dort inklusive.

GOLF INFOS

Golfbüro: täglich von 08:00 bis 18:00 Uhr.
Golfshop: täglich von 09:00-18:00 Uhr.
(Wandern und Radfahren ist auf dem Golfplatzgelände
nicht erlaubt).

GOLF ABSCHLAGZEITEN

Startzeiten können von 08:00 bis 18:00 Uhr an der Hotelrezeption oder
im Golfclub unter der Durchwahl 641 gebucht werden.
Wir bitten um Verständnis, dass der Golfclub bei kurzfristigen
Stornierungen 75% der gebuchten Abschlagzeit in Rechnung stellt.
Kostenlose Stornierung am Vortag bis 17:00 Uhr. Die Abrechnung von
Greenfees kann direkt vom Golfbüro auf Ihre Zimmerrechnung
gebucht werden.

STÖTTLALM

Von **Montag** bis **Sonntag** von 09:30 - 18:00 Uhr für Sie geöffnet
Ihre Konsumation können Sie gerne auf Ihr Zimmer buchen lassen.
Unser Stöttlalm Team freut sich über Ihren Besuch.

FAHRT NACH INNSBRUCK - MIT IHRER WELCOME CARD KOSTENLOS

Mit Ihrer Welcome Card (Gästekarte der Ferienregion) fahren Sie
kostenlos mit dem öffentlichen Bus nach Innsbruck. Informationen über
weitere Vergünstigungen erhalten Sie gerne bei unserem Concierge.

ÖFFNUNGSZEITEN

WASSERWELT & FAMILIENWASSERWELT

Relax-Wasserwelt Indoor	07:00 – 22:00 Uhr
Wasserwelten Outdoor	07:00 – 20:00 Uhr
Solepool und Whirlpool	07:00 – 20:00 Uhr
Familien-Wasserwelt	10:00 – 19:00 Uhr
Familienwhirlpool	11:00 – 19:00 Uhr
Infinity Pool Stammhaus	07:00 – 19:00 Uhr

ME SENSE SPA

Spa Beratung	08:00 – 19:00 Uhr
Fitness	06:00 – 22:00 Uhr
Ruhebereiche	10:00 – 22:00 Uhr
Saunadorf UG	10:00 – 19:00 Uhr
Saunadorf EG & OG	13:00 – 22:00 Uhr
Textil- & Familiensauna (in der Familien-Wasserwelt)	14:00 – 19:00 Uhr

ANMELDUNGS- UND BEKLEIDUNGSHINWEISE FÜR DAS SPA PROGRAMM

- *Erscheinen Sie bitte in bequemer Kleidung mit Socken
(Treffpunkt im Dojo bei der Spa Rezeption)
- **Erscheinen Sie bitte in bequemer Kleidung mit Turnschuhen
(Treffpunkt im Spa Bistro)
- *** Erscheinen Sie bitte in Badebekleidung
(Treffpunkt ist in der Relax-Wasserwelt an der Bar)
- **** Erscheinen Sie bitte in bequemer Outdoorkleidung
mit Laufschuhen (Treffpunkt im Spa Bistro)

ANMELDUNGEN

Aus organisatorischen Gründen, bitten wir um Anmeldung für die
jeweilige Aktiv-Programm Einheit **bis 1 Stunde vor Kursbeginn.**
ANMELDUNG AN DER **SPA REZEPTION**

SONNTAG, 16. JUNI 2019

16:00 UHR AQUA GYMNASTIK***

MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN

17:00 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK**

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

18:30 UHR

APERITIF-EMPFANG mit Familie Pirktl

09:30 UHR WUNDERSCHÖNE WANDERUNG

AM PLATEAU MIT ELISABETH

Vom Hotel aus fahren wir mit dem öffentlichen Bus nach Obsteig. Dort wandern wir von Holzleiten über den Arzkasten durch die Lärchenwiesen Richtung Gschwent zurück zum Hotel. Leichte Wanderung, Gesamtgehzeit: ca. 2,5 Stunden, Rückkehr ca. 13:30 Uhr.

10:00 UHR LEICHTE RADTOUR AM PLATEAU MIT BARBARA

Vom Hotel aus starten wir eine leichte Mountainbike-Tour über's Mieminger Plateau. Gesamtfahrzeit: ca. 2,5 Stunden Rückkehr: ca. 13:00 Uhr.

11:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich.

Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers an der Hotelrezeption.

16:00 UHR BOGENSCHIESSEN MIT BARBARA

Erlernen Sie die richtige Technik des Bogenschießens an unserer Bogenschießanlage.

Dauer ca. 2 Stunden, Mindestalter: 12 Jahre, mind. 3 und max. 8 Teilnehmer.

16:00 – 17:00 UHR GOLFSCHNUPPERSTUNDE

Am Golfplatz Mieminger Plateau. Treffpunkt im Golfhaus. Bitte um Anmeldung bis Montag 08:00 Uhr an der Hotelrezeption. Kostenlos, ab 14 Jahren, max. 15 Personen.

09:30 UHR ERLEBNISWANDERUNG STUIBENFALL MIT ELFRIEDE

Wir fahren mit dem Hotelbus ca. 30 Minuten nach Umhausen ins Ötztal. Dort startet unsere Wanderung über einen Forstweg entlang des Horlachbaches bis zum höchsten Wasserfall Tirols - dem Stuibenfall. Retour geht's über sanftem Waldboden entlang des idyllischen Waalweges.

Kinder ab 6 Jahren in Begleitung eines Elternteiles.

Gesamtgehzeit: ca. 2 Stunden, leichte bis mittelschwere Wanderung. Kosten: € 15,00 p. P. (Transfer), Rückkehr: ca. 14:00 Uhr.

15:00 UHR – Wir laden Sie zum Infotalk über unseren **BEST ALPINE WELLNESS CLUB** ein. 5 % Preisnachlass beim Arrangement, eine unschlagbare Verzinsung und viele weitere Vorteile. Treffpunkt: Hotelrezeption.

UNSER TIPP DES TAGES OHNE BEIGLEITUNG**STUIBENFALL - AUSFLUGTIPP FÜR FAMILIEN**

Besuchen sie den Stuibenfall, den höchsten Wasserfall Tirols und erleben sie ein gewaltiges Naturschauspiel.

Nach einer Autofahrt von ca. 30 Min. nach Umhausen ins Ötztal geht es vom Parkplatz (€ 5,00 Parkgebühr) ca. 0,5 - 1 Stunde zum Fuße des Wasserfalls. Für Kinderwagen und Buggys geeignet.

Auch ein Besuch im Ötzidorf oder dem Greifvogelpark vor Ort ist möglich.

08:00 UHR YOGA FÜR DEN RÜCKEN | BEGINNER*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE MIT KATI**10:00 UHR VORTRAG: ACHTSAMKEIT MIT FRAU DI GIORGIO HINRICHSEN****11:00 UHR FÜHRUNG SPA & SAUNADORF****11:00 UHR BAUCH SPEZIAL***

MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN

14:00 UHR VORTRAG: YOGA

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR KLANGSCHALENENTSPANNUNG*

MIT KATI | DAUER: 25 MINUTEN

16:00 UHR YIN YOGA | LEICHT FORTGESCHRITTEN*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA**08:00 UHR YOGA YANG | BEGINNER***

MIT EDITH | DAUER: 50 MIN

10:00 UHR BETREUUNG FITNESSSTUDIO MIT KLAUS**11:00 UHR FASZIENTRAINING MIT DER ROLLE***

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

12:00 UHR VORTRAG: HAUTGESUNDHEIT

MIT INGRID | DAUER: 50 MINUTEN

14:00 UHR VORTRAG: MENTALES GESUNDHEITSTRAINING

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR MENTALES ENTSPANNUNGSTRAINING*

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR BAUCH BEINE PO**

MIT KLAUS | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA**21:00 UHR MAGIC S. – Live Musik****19:00 UHR DINNERMUSIK MIT ROLAND WALDHART****21:00 UHR O-TONES – Live Musik****HEUTE ABEND IM GREENVIEH
STEAKS VOM HOLZKOHLEGRILL**

Im Rahmen der Verwöhhnpension erhalten Sie für das Greenvieh eine Genuss-Gutschrift von € 30,00 pro Person (nur am Abend) für die Erwachsenen. (Getränke sind vom Voucher ausgenommen) Für Kinder bis 14 Jahre ist das Abendessen auch dort inklusive. Tischreservation an der Hotelrezeption möglich.

04:30 UHR SONNENAUFANGSTOUR MIT BARBARA

Wir fahren gemeinsam zum Lehnberghaus und von dort geht es den kurzen steilen Anstieg auf die Lacke. Begrüßen Sie den Tag mit einem Glas Sekt und einer kleinen Überraschung. Rückkehr: ca. 08:00 Uhr, mittelschwere Wanderung, max. 16 Personen.

10:00 UHR WANDERUNG ZUM PIBURGER SEE MIT ELFRIEDE

Mit dem Hotelbus fahren wir ca. 20 Min. bis nach Oetz. Begleitet vom Rauschen der Oetztaler Ache wandern wir über die Wellerbrücke zum Seejochl, wo wir den herrlichen Ausblick auf den idyllisch gelegenen See genießen. Weiter geht's über den Weiler Piburg zum See. Bei einer gemütlichen Einkehr im Seerestaurant besteht die Möglichkeit frische Forellen oder andere Köstlichkeiten zu essen. Gesamtzeit: ca. 2,5 Stunden, mittelschwere Wanderung (ca. 200 HM), Kosten: € 25,00 p. P. (Transfer, Einkehr), Rückkehr: ca. 15:00 Uhr.

AB 13:00 UHR – ABSCHLAG ZUM „MIEMING GOLFCUP“

Gespielt werden 18-Loch Parkcourse (d.h. 2 Runden an der 9-Loch Parkcourse Anlage). Anmeldung am Vortag bis 10:00 Uhr an der Hotelrezeption möglich. Geeignet für Teilnehmer mit Handicap über 36. Treffpunkt: direkt beim Golfclub; min. 3 und max. 12 Teilnehmer. Kosten Greenfee - Parkcourse: € 46,00 p. P., Rückkehr: ca. 16:00 Uhr.

UNSER AUSFLUGSTIPP DES TAGES

SWAROVSKI KRISTALLWELTEN

Die Swarovski Kristallwelten in Wattens begeistern seit ihrer Eröffnung im Jahr 1995 mit einer funkelnden Symbiose aus Kristallwunder und hohem künstlerischem Anspruch. Schon der von André Heller geschaffene Riese am Eingang der Kristallwelten ist ein Faszinosum für sich. Reguläre Öffnungszeiten (September bis Juni) Täglich von 8:30 Uhr bis 19:30 Uhr Letzter Einlass: 18:30 Uhr, (ca. 50 km vom Hotel entfernt).

09:00 UHR RADTOUR RUND UM DEN TSCHIRGANT MIT BARBARA

Entlang dem Inntal-Radweg geht's durch die Tiroler Apfelgärten nach Imst. Wir fahren über die Karrer Höhe, von wo aus wir einen traumhaften Blick ins Pitztal genießen. Anschließend nehmen wir den Forstweg ins malerische Gurgeltal um Spuren der alten Via Claudia Augusta zu treffen. Nach einem letzten Anstieg genießen wir in Arzkasten unsere wohlverdiente Pause. Zünftige Radtour, ca. 55 km (750 HM) auf Forstweg und Asphalt, Fahrzeit ca. 4 Stunden, Rückkehr: ca. 14:30 Uhr.

09:30 UHR ERLEBNISWANDERUNG ROSENGARTENSCHLUCHT MIT ELFRIEDE

Mit dem Hotelbus fahren wir ca. 30 Minuten nach Imst und wandern durch die spektakuläre Rosengartenschlucht. Dort nutzen wir die Liftanlagen um ca. 500 HM zu überwinden. Unser Ziel ist die Latschenhütte für eine urige Einkehr. Zurück ins Tal geht es mit der Sommerrodelbahn oder mit dem Lift. Gesamtzeit: ca. 2 Stunden Kosten: € 30,00 pro Erwachsenen und € 20,00 pro Kind (für Transfer, Lift und Einkehr) (ab 8 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen) Rückkehr: ca. 15:00 Uhr, mittelschwere Wanderung.

AB 09:30 UHR – ABSCHLAG ZUM „SCHWARZ GOLFCUP“

Wir laden Sie herzlich zum hoteleigenen SCHWARZ-GOLFCUP ein: Handicapwirksames Turnier. Für die anschließende Preisverleihung haben wir einen Tisch im Golfclubrestaurant Greenvieh reserviert (im Rahmen der Vollpension ist das Essen inkludiert, Getränke exkl.). Anmeldung bis Mittwoch 10:00 Uhr an der Hotelrezeption möglich. Geeignet für Teilnehmer ab Handicap 36 und weniger. Min. 3 und max. 12 Teilnehmer; Treffpunkt: direkt beim Golfclub Kosten Greenfee - Championscourse: € 73,00 p. P. Rückkehr: ca. 16:00 Uhr.

12:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich. Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers an der Hotelrezeption.

16:00 UHR BOGENSCHIESSEN MIT ELFRIEDE

Erlernen Sie die richtige Technik des Bogenschießens an unserer Bogenschießanlage. Dauer ca. 2 Stunden, Mindestalter: 12 Jahre, mind. 3 und max. 8 Teilnehmer.

08:00 UHR YOGA MORNING FLOW | LEICHT FORTGESCHRITTEN*

MIT EDITH | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR BETREUUNG FITNESSSTUDIO MIT IWONA

11:00 UHR FITNESSBOXEN** MIT REINHARD | DAUER: 50 MINUTEN

14:00 UHR KLANGERLEBNIS IN DER MEDITATIONSSAUNA

MIT NATALIE | DAUER: 25 MINUTEN

TREFFPUNKT IN DER MEDITATIONSSAUNA | ANMELDUNG BIS 12 UHR!

14:00 UHR VORTRAG: GRUNDLAGEN DER FETTVERBRENNUNG

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR SANFTES RÜCKEN- UND NACKENTRAINING*

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR GYMNASTIK MIT DEM THERABAND*

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR POWERSTRETCHING*

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA

08:00 UHR YOGA MORNING FLOW | LEICHT FORTGESCHRITTEN*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR BETREUUNG FITNESSSTUDIO MIT KATI

11:00 UHR BAUCH SPEZIAL* MIT KATI | DAUER: 30 MINUTEN

14:00 UHR VORTRAG: HERZFREQUENZ ZONEN

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR FASZIEN TRAINING MIT DER ROLLE*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK*

MIT WOLFGANG | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 UHR AQUA GYM***

MIT WOLFGANG | DAUER: 30 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA

HEUTE ABEND IM GREENVIEH

Mit Schwarzbierlack glaciertes BBQ Spanferkel mit geschmorten Gemüse, Krautsalat, Knoblauchbrot und Senfrelisch Vanille Crème brûlée mit Erdbeeren und hausgemachten Vanilleeis Im Rahmen der Verwöhn Pension erhalten Sie für das Greenvieh eine Genuss-Gutschrift von € 30,00 pro Person (nur am Abend) für die Erwachsenen. (Getränke sind vom Voucher ausgenommen) Für Kinder bis 14 Jahre ist das Abendessen auch dort inklusive. Tischreservation an der Hotelrezeption möglich.

21:00 UHR CASINO-LOUNGE mit Blackjack, Roulette und Poker

10:00 UHR RADTOUR STRASSBERGHAUS – SONNENSTADL

MIT BARBARA

Unser Weg führt von Wildermieming den Forstweg hinauf zum Strassberghaus. Durch den Wald geht's hinunter nach Telfs und über den Gerhardhof wieder zurück aufs Mieminger Plateau. Am Sonnenstadl erwarten uns herrliche Grillspezialitäten und gemütliches Beisammensein.

Mittelschwere Radtour, ca. 500 HM, Fahrzeit ca. 2,5 Stunden, Rückkehr: ca. 14:30 Uhr.

12:00 UHR SONNENSTADLFEST MIT GERDI

In einer kurzen Wanderung von ca. 45min geht es zum Sonnenstadl auf den Fiechter Lärchenwiesen. Freuen Sie sich auf ein gemütliches Zusammensein bei leckeren Grillereien und zünftiger Musik mit Willi. Anmeldung bitte an der Hotelrezeption! Zur Information: Wir bieten um 12:30 Uhr einen Busshuttle-Transfer zum Sonnenstadl an. Rückkehr: ca. 14:30 Uhr, leichte Wanderung.

UNSER TIPP DES TAGES**INNSBRUCK TAG MIT STADTFÜHRUNG**

Busfahrt mit dem öffentlichen Postbus bis zur Haltestelle Innsbruck Finanzamt, wo bereits der Stadtführer / die Stadtführerin auf Sie wartet. Geführter Rundgang durch die zauberhafte Innsbrucker Altstadt, anschließend Freizeit nach Belieben. Abfahrtszeiten für Bus-Linie Nr. 4176: Mieming Gasthof Post 10:38 Uhr, Führung ca. 1 ½ Stunden. Rückfahrt individuell. Busfahrt und Führung mit Welcome Card kostenlos. Anmeldung bis zum Vortag, 16:30 Uhr in den Tourismus Informationen Mieming oder bei unserem Concierge. Weitere Informationen erhalten Sie bei unserem Concierge.

11:30 UHR PFERDEKUTSCHENFAHRT AM MIEMINGER PLATEAU

Dauer: ca. 1,5 Stunden, Kostenbeitrag: € 25,00 p. P. für mind. 4 Pers. und max. 8 Pers. möglich.

Wir bitten um Anmeldung bis zum Vortag 18:00 Uhr und Abholung des Vouchers an der Hotelrezeption.

15:00 UHR – Wir laden Sie zum Infotalk über unseren **BEST ALPINE WELLNESS CLUB** ein.

5 % Preisnachlass beim Arrangement, eine unschlagbare Verzinsung und viele weitere Vorteile.

Treffpunkt: Hotelrezeption.

17:00 UHR SHOPPEN BEI EINEM GLÄSCHEN SEKT

Sie suchen ein hübsches Geschenk für Ihre Lieben zu Hause? Werfen Sie einen Blick in unsere Boutique – wir heißen Sie herzlich Willkommen bei einem Gläschen Sekt.

UNSER TIPP DES TAGES**TIROLER LANDESMUSEUM FERDINANDEUM IN INNSBRUCK**

Erfahren Sie mehr über das Leben in Tirol in der Steinzeit, im Mittelalter oder zur Zeit von Volksheld Andreas Hofer! Das Tiroler Landesmuseum zeigt umfangreiche Sammlungen zu vielen verschiedenen Themen: Wie etwa Frühgeschichte, Kunst und Kunstgeschichte, Kartografie oder Alltagsleben.

Die Ergebnisse von archäologischen Ausgrabungen im Tiroler Raum sind zu sehen. Ebenso Gemälde, Informationen über Tirols Bergbaugeschichte und vieles mehr.

Im Landesmuseum betrachten Sie außerdem Instrumente des berühmten Tiroler Geigenbauers Jakob Stainer. Seine Instrumente waren so heiß begehrt wie die von Antonio Stradivari. Kunstfreunde finden Bilder von Künstlern wie Lucas Cranach d.Ä., Rembrandt van Rijn, Franz Defregger, Albin Egger-Lienz und Max Weiler.

Öffnungszeiten - Dienstag - Sonntag: 9:00 - 17:00 Uhr.

08:00 UHR ASHTANGA YOGA | FORTGESCHRITTEN*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR EINFÜHRUNG IN UNSERE TRAININGSGERÄTE MIT KATI**11:00 UHR FASZIEN TRAINING MIT DER ROLLE***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

11:00 UHR FÜHRUNG SPA & SAUNADORF**15:00 UHR MOBILISATION & STRETCHING***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

16:00 UHR ZUMBA**

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

18:00 UHR YOGA & PRANAYAMA | BEGINNER*

MIT MONIKA | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA**08:00 UHR YOGA FÜR DEN RÜCKEN | BEGINNER***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

10:00 UHR BETREUUNG FITNESSSTUDIO MIT KATI**11:00 UHR BOOTY CAMP***

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

14:00 UHR PILATES*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

15:00 UHR FASZIEN TRAINING MIT DER ROLLE*

MIT KATI | DAUER: 50 MINUTEN

18:00 UHR YOGA & MEDITATION | BEGINNER*

MIT MONIKA | DAUER: 50 MINUTEN

17:00 & 18:00 UHR SAUNAAUFGUSS IN DER BERGSEESAUNA

19:00 UHR Wir laden Sie sehr herzlich zum heutigen **GALA ABEND** ein.

21:00 UHR **COOKIE JAR** – Live Musik