

AktivZEIT – Ihre Woche in Bewegung - Gesund. Aktiv. Bewusst.

von 27. April bis 3. Mai 2026

Zeit	Montag 27. April	Dienstag 28. April	Mittwoch 29. April	Donnerstag 30. April	Freitag 1. Mai	Samstag 2. Mai	Sonntag 3. Mai
07:30 bis ca. 08:15	Nordic Walking	Nordic Walking	Smovey Walking	Nordic Walking	Smovey Walking	Nordic Walking	Nordic Walking
08:30 bis ca. 08:50	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik	Wassergymnastik
09:30				Blumenstecken	8:00 Uhr Musikalischer Mai-Gruß mit der Marktmusikkapelle		
10:15 bis ca. 11:00	Erlebnis E-Bike Tour bis ca. 12:30 Uhr	Vital & Spa Führung	Erlebnis E-Bike Tour bis ca. 12:30 Uhr	Hausführung „Hinter den Kulissen“	Erlebnis E-Bike Tour bis ca. 12:30 Uhr	Entspannungstraining	
11:20 bis ca. 11:50	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Sonntagsturnen
11:50 bis ca. 13:00			Golf-Schnupperstunde				
12:00 bis ca. 12:30	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	Wirbelsäulenturnen	
13:00 bis ca. 13:40	BMW-Training	SKG-Training	Pilates	Taiji	Faszienrollen-Training	5 Tibeter	
14:00 bis ca. 14:50	Bogenschießen	Bogenschießen	Bogenschießen	Bogenschießen	Bogenschießen	Bogenschießen	
16:00 bis ca. 16:20	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	
16:00 bis ca. 16:40		Yoga	Yoga	Yoga	Yoga	Yoga	
17:00 bis ca. 17:20	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	Sauna-Runde	
17:00 bis ca. 17:20	Dehnübungen im Thermalwasser	Dehnübungen im Thermalwasser	Dehnübungen im Thermalwasser	Dehnübungen im Thermalwasser	Dehnübungen im Thermalwasser		
17:30			Aperitif mit Familie Pabst		18:00 Uhr Sauna-Runde		
20:30	Piano-Bar-Musik	20:00 Uhr Weinverkostung	Unterhaltungsmusik			Piano-Bar-Musik	

Wir freuen uns sehr, liebe Gäste, Sie durch das Vital & Freizeitprogramm führen zu dürfen.
Bitte melden Sie sich für die Aktivitäten an der Rezeption an, da nur eine begrenzte Teilnehmerzahl möglich ist.
(Von der Anmeldung ausgenommen: Nordic Walking, Smovey Walking und Wassergymnastik)