



Aktivitätenprogramm
Ab/dès/from, 16 Jahre, 16 ans, 16 years
Ab / dès / from the 14.07.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:45-08:45			Pilates* Tiziana				
09:30	Balance Training*** Jens		Kneipp Tour** Jens	Rückenfit*** Jens			Murmeltier- wanderung** Jens
11:00		Wanderung zum Wasserfall nach Saas- Almagell** Jens					Segway Tour* Max. 3 Per. Preis: 50 CHF p.P.
17:00		Crossfit Class (25 CHF)		Crossfit Lite (25 CHF)	Crossfit Class (25 CHF)		
17:30			Sauna Aufguss		Sauna Aufguss	Sauna Aufguss	Sauna Aufguss
18:00	Crossfit Class (25 CHF)	Crossfit Lite (25 CHF)	CF Strength & Lifting (25 CHF)	Crossfit Special (25 CHF)	Cross-Gym (25 CHF)		
19:00							

Melden Sie sich bitte an der Spa Rezeption bis am Vorabend an (9:00 – 20:00 Uhr) - **Anmeldung erforderlich!**

Please register up front at the spa reception, until the night before (9 a.m – 8 p.m) - **Registration necessary!**

Veuillez-vous inscrire à la réception du spa la veille au soir (de 9h00 à 20h00) - **Inscription nécessaire !**

***Meeting Point: 3. UG Eventhalle, **Meeting Point: Hotel-Rezeption, ***Meeting Point: 2. UG Gym/Yoga Raum**