



Aktivitätenprogramm
Ab/dès/from, 16 Jahre, 16 ans, 16 years
Ab / dès / from the 28.07.2025



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:45-08:45			Pilates* Tiziana				
09:30	Balance Training*** Jens		Kneipp Tour** Jens		Wanderung zum Gletschersee** Alessandro 10:00 Uhr		
11:00		Wanderung zum Wasserfall nach Saas- Almagell** Jens			Murmeltier- wanderung** Alessandro 15:30 Uhr		
17:00		Crossfit Class (25 CHF) Min. 3 pax		Crossfit Special (25 CHF) Min. 3 pax			
17:30	Sauna Aufguss				Sauna Aufguss	Sauna Aufguss	Sauna Aufguss
18:00	Crossfit Class (25 CHF) Min. 3 pax		CF Strength & Lifting (25 CHF) Min. 3 pax		Cross-Gym (25 CHF) Min. 3 pax		
19:00				Strong Nation* Ramona			

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**