

Freizeitangebot 03.02. – 09.02.2025



Weimarer Land
Spa & Golf Resort

Montag 03.02.	Dienstag 04.02.	Mittwoch 05.02.	Donnerstag 06.02.	Freitag 07.02.	Samstag 08.02.	Sonntag 09.02.
08:30 Uhr * Fit in den Tag ¹	11:15 Uhr *** Pilates ¹	08:00 Uhr * Yin Yoga ¹	08:00 Uhr ** Faszien Yoga ¹	08:30 Uhr * Barfuß Fit ¹	08:30 Uhr ** Aqua Fit ²	08:30 Uhr ** Aqua Fit ²
12:30 Uhr * Biathlon schießen ³		14:00 Uhr ** Aqua Fit ²	11:15 Uhr * Face Yoga ¹	11:15 Uhr *** Pilates mit Theraband ¹	11:30 Uhr *** Bauch, Beine, Po ¹	13:00 Uhr * Biathlon schießen ³
15:30 Uhr * Barfuß Fit ¹	16:30 Uhr *** Hatha Yoga ¹	16:30 Uhr *** Yogilates ¹	16:00 Uhr *** Bauch, Beine, Po ¹	14:30 Uhr ** Aquafit ²	15:00 Uhr ** Schnupperrgolf mit Micha ³	15:00 Uhr *** Bauch, Beine, Po ¹
16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	15:30 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶	15:00 Uhr *** Aroma Aufguss ⁴
17:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	17:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	17:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	16:30 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	17:00 Uhr *** Aroma Aufguss ⁴	17:00 Uhr *** Aroma Aufguss ⁴ 17:45 Uhr *** Fruchtaufguss (dazu reichen wir Apfelstückchen) ⁴	16:00 Uhr * Dampfbad mit Körperpackung ⁶
18:00 Uhr *** Aroma Aufguss ⁴	18:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	18:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	17:30 Uhr *** Aroma Aufguss ⁴	17:45 Uhr *** Orangenaufguss (dazu reichen wir Orangensaft) ⁴	19:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵	17:00 Uhr * Sanfte Aroma Eiskugel ⁵

Intensität: * / sanft bzw. entspannend - ** /mittel - *** / kräftig bzw. anspruchsvoll

Treffpunkt: ¹ Kursraum, ² Pool, ³ Hotelrezeption, ⁴ Panorama Sauna, ⁵ Erdwallsauna, ⁶ Dampfbad