

Dosses Vitalprogramm

LUNEDÌ Montag	MARTEDÌ Dienstag	MERCOLEDÌ Mittwoch	GIOVEDÌ Donnerstag	VENERDÌ Freitag	SABATO Samstag
15.00-16.00 YOGA		15.00-16.00 BODYFORMING Allenamento completo <i>Ganzkörper-Training</i>	15.00-16.00 WELL BACK Allenamento per una schiena sana Rückentraining <i>Fitness Room</i>	15.00-16.00 YOGA	15.00-16.00 PILATES
16.30 PEELING Bagno turco <i>Dampfbad</i>		16.00-16.45 STRETCHING	16.30 PEELING Bagno turco <i>Dampfbad</i>	16.00-16.45 ALLENAMENTO FASCIALE Faszien Training <i>Fitness Room</i>	16.30 PEELING Bagno turco <i>Dampfbad</i>
17.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>Biosauna</i>		17.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>Biosauna</i>	17.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>sauna finlandese Finnische Sauna</i>	17.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>Biosauna</i>	17.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>sauna finlandese Finnische Sauna</i>
18.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>sauna finlandese Finnische Sauna</i>		18.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>sauna finlandese Finnische Sauna</i>	18.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>Biosauna</i>	18.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>sauna finlandese Finnische Sauna</i>	18.30 VENTILAZIONE Aufguss <i>Biosauna</i>