



Animációs programok Animationsprogramme



	Hétfő Montag / Monday	Kedd Dienstag / Tuesday	Szerda Mittwoch/Wednesday
9:00	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise
10:00	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Light Cardio*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout
13:00	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance
14:00	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*
15:00	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	
16:30	Levendulás-Sós Peeling** Peeling mit Salz und Lavendel Peeling with Mango and Lavender	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee
17:30			
18:30	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver