



Animációs programok Animationsprogramme



	Hétfő Montag / Monday	Kedd Dienstag / Tuesday	Szerda Mittwoch/Wednesday	Csütörtök Donnerstag/ Thursday	Péntek Freitag / Friday	Szombat Samstag/Saturday	Vasárnap Sonntag/Sunday
9:00	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise			VILÁGBAJNOKOK A SZAUNÁBAN WELTMEISTER IN DER SAUNA WORLD CHANPIONS IN THE SAUNA	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training
10:00	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Light Cardio*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Stretching*	Light Cardio*		Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise
13:00	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance		Hangfürdő*** Klangbad Sound Bath
14:00	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout		Show Felöntés*** Show Aufguss Show Seance
15:00	Levendulás-Sós Peeling** Peeling mit Salz und Lavendel Peeling with Mango and Lavender	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate	Barackmagos Bőrápolás** Hautpflege mit Pfirsichkern Skincare with Peach Seed	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee	Mentolos-Csokis Bőrápolás** Hautpflege mit Menthol und Schokolade Skincare with Menthol and Chocolate		Show Felöntés*** Show Aufguss Show Seance
16:30		Vitaminos Felöntés*** Aufguss mit Vitaminen Sauna Seance with Vitamins	Zöldteás Felöntés*** Aufguss mit Grünen Tee Sauna seance with Green Tea	16:00, 17:00, 18:00 Show Felöntés Show Aufguss Show Seance	16:00, 17:00, 18:00 Show Felöntés Show Aufguss Show Seance		Show Felöntés*** Show Aufguss Show Seance
17:30	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver						Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol
18:30		Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver			Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	