



Animációs programok Animationsprogramme



	10.29. Szerda Mittwoch / Wednesday	10.30. Csütörtök Donnerstag / Thursday	10.31. Péntek Freitag / Friday	11.01. Szombat Samstag/Saturday	11.02. Vasárnap Sonntag/Sunday
9:00	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise
10:00	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Light Cardio*	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training
13:00	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	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance
14:00	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout
15:00	Mézes - Barnacukros Peeling** Peeling mit Honig und Braunen Zucker Peeling with Honey and Brown Sugar	Kókuszos Bőrápolás** Hautpflege mit Kokos Skincare with Coconut	Barackmagos Bőrápolás** Hautpflege mit Pfirsichkern Skincare with Peach Seed	Levendulás-Sós Peeling** Peeling mit Salz und Lavendel Peeling with Salz and Lavender	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee
16:30	Pálinkás Felöntés*** Aufguss mit Palinka Sauna Seance with Palinka	Vitaminos Felöntés*** Aufguss mit Vitaminen Sauna Seance with Vitamins	Sörös Felöntés*** Aufguss mit Beer Sauna Seance with Beer	Zöldteás Felöntés*** Aufguss mit Grüner Tee Sauna Seance with Green Tea	Pálinkás Felöntés*** Aufguss mit Palinka Sauna Seance with Palinka
17:30	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol
18:30	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver