



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	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	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*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise
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	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance
14:00	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training
15:00	Levendulás-Sós Peeling** Peeling mit Salz und Lavendel Peeling with Salz and Lavender	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee	Kókuszos Bőrápolás** Hautpflege mit Kokos Skincare with Coconut	Levendulás-Sós Peeling** Peeling mit Salz und Lavendel Peeling with Mango and Lavender	Mézes-Barncaukros Peeling** Peeling mit Honig und Braunenzucker Peeling with Honey and Brown Sugar	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate
16:30				Zöldteás Felöntés*** Aufguss mit Grüner Tee Sauna Seance with Green Tea	Sörös Felöntés*** Aufguss mit Beer Sauna Seance with Beer	Pálinkás Felöntés*** Aufguss mit Palinka Sauna Seance with Palinka	Vitaminos Felöntés*** Aufguss mit Vitaminen Sauna Seance with Vitamins
17:30	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol		Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	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	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver