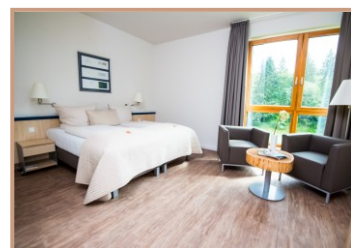




# Arrangement Gesundheitswochenende

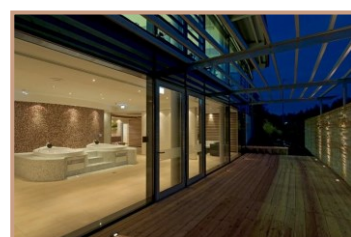


## Impulse

Das Gesundheitswochenende im Fuchsbachtal

### Unsere Termine 2018:

- 26.-28.01.2018
- 16.-18.02.2018
- 20.-22.04.2018
- 18.-20.05.2018
- 29.06.-01.07.2018
- 20.-22.07.2018
- 17.-19.08.2018
- 28.-30.09.2018
- 19.-21.10.2018
- 16.-18.11.2018



## Programm-Übersicht

### Freitag

- Check-in bis 17 Uhr
- 17.00 Uhr Begrüßungscocktail und individuelle Fitnessanalyse
- 18.30 Uhr **Kurs 1: Aquagymnastik**
- 20.00 Uhr Abendessen: Vitales 2-Gang Menü im Restaurant inkl. Mineralwasser

### Samstag

- 07-10.00 Uhr Vitales Frühstücksbuffet
- 10.30 Uhr **Kurs 2: Indoor oder Outdoor (je nach Wetterlage)**  
Indoor (Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Bodystyling)  
Outdoor (Nordic Walking mit Kraft- und Ausdauer-elementen)
- 12.30 Uhr Mittagessen: Salate in verschiedenen Variationen inkl. Mineralwasser
- bis 15.00 Uhr Erholungsphase
- 15.00 Uhr **Kurs 3: Erlebnissauna mit Aufgüssen und Peeling**
- 19.30 Uhr Abendessen: Vitales 2-Gang Menü im Restaurant inkl. Mineralwasser

### Sonntag

- 07-10.00 Uhr Vitales Frühstücksbuffet
- Möglichkeit zur individuellen Nutzung der Fitness und Wellnessanlage „Studio B54“
- Abreise

**Bitte bringen Sie zum Gesundheitswochenende Folgendes mit:  
Badebekleidung für die Aquagymnastik und wetterfeste Kleidung für das Outdoortraining!**

Während des gesamten Aufenthalts steht Ihnen die Nutzung des Fitness- und Wellnessbereichs "Studio B54" (u.a. Biosauna, finnische Sauna und Infrarotsauna, Fitnessgeräte, Kurse, Schwimmbad) zur Verfügung. Tennis- und Fußballplätze auf Anfrage.

Gegen Aufpreis u. a. möglich: Whirlpool, Medyjet und Massagen.

Buchbar ab 6 Personen.

€ 179,50 p.P.  
Übernachtung  
im  
Doppelzimmer

€ 204,50  
Übernachtung  
im Einzelzimmer