

# Aktivprogramm im DIEDRICH Wellnesshotel und SPA

Bitte melden Sie sich zu den Kursen an der Hotelrezeption an!

Stand: 17.3.23 19:02

Änderung vorbehalten!

**Buchung privater Trainerstunde möglich: 60 Min. - 60,-€ | 90 Min. - 85,- €**

Montag 27.03.2023	Dienstag 28.03.2023	Mittwoch 29.03.2023	Donnerstag 30.03.2023	Freitag 31.03.2023	Samstag 01.04.2023	Sonntag 02.04.2023
8:30 - 9:00 <b>Aquafit</b> mit Tomy im Schwimmbad	8:30 - 9:00 <b>Aquafit</b> mit Tomy im Schwimmbad	8:30 - 9:00 <b>Aquafit</b> mit Tomy im Schwimmbad	08:30- 09:00 <b>Aquafit</b> mit Romy im Schwimmbad	08:30 - 09:00 <b>Aquafit</b> mit Romy im Schwimmbad	8:30 - 9:00 <b>Aquafit</b> mit Tomy im Schwimmbad	8:30 - 9:00 <b>Aquafit</b> mit Tomy im Schwimmbad
09:30 - 11:00 <b>Yoga</b> mit Tomy	11:00 - 12:30 <b>Yin-Yoga</b> mit Tomy	09:30 - 11:00 <b>Rücken-Yoga</b> mit Tomy	13:00 - 14:30 <b>Yin-Yoga</b> mit Tomy		09:30 - 10:30 <b>Fazientraining</b> mit Tomy	09:30 - 11:00 <b>Yoga</b> mit Tomy
11:30 - 12:30 <b>Bodyworkout</b> mit Tomy	13:00 - 13:30 <b>Bauchexpress</b> mit Tomy	11:30 - 12:30 <b>Yogilates</b> mit Tomy			11:00 - 12:30 <b>Yoga</b> mit Tomy	11:30 - 12:30 <b>Pilates</b> mit Tomy
13:00 - 13:30 <b>Tiefenentspannung</b> mit Tomy		13:00 - 13:30 <b>Power-Stretch</b> mit Tomy			13:00 - 13:30 <b>Power Pilates</b> mit Tomy	13:00 - 13:30 <b>Bauchexpress</b> mit Tomy

*Aquafit findet im Innenpool (2. UG) statt.  
Kurse im "Haus der Mitte" und im Kursraum*