



**THERME
LAA**
HOTEL SILENT SPA

AKTIV- & RELAXPROGRAMM IM THERMEN- & HOTELBEREICH

Änderungen vorbehalten

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness	10:15-10:45 Aquafitness
12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit	12:45-13:30 Rückenfit
13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger	13:45-14:45 Yoga für Einsteiger
15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness	15:00-15:30 Aquafitness

AQUAFITNESS	YOGA	RÜCKENFIT
📍 Thermenhalle	📍 Fit & Aktiv Raum	📍 Fit & Aktiv Raum
Klassische-sportliche Aquagymnastik für Junge und Junggebliebene im wohligen warmen Thermalwasser.	Körperhaltungen und bewusstes Bewegen bringen Körper und Geist in Einklang.	Gezieltes, ganzheitliches Training zur Kräftigung und besseren Beweglichkeit der Wirbelsäule.
👕 Badebekleidung	👕 Sportbekleidung	👕 Sportbekleidung
📍 ohne Anmeldung	📍 Anmeldung am Info Point	📍 Anmeldung am Info Point
👤 ab 12 Jahren	€ 9,00 für Thermengäste	€ 9,00 für Thermengäste

Ein Resort der:

