



Hotel
Esplanade
Resort & Spa

Erfrischend fürs Ich.

Ihr Programm für einen erfrischenden Aufenthalt im Esplanade Resort & Spa

| Freitag 10.02.12 | | Samstag 11.02.12 | | Sonntag 12.02.12 | |
|----------------------------|--------------------------------------|----------------------------|--|----------------------------|-------------------------------|
| 09.00 Uhr | Wassergymnastik | 09.00 Uhr | Wassergymnastik | 09.00 Uhr | Wassergymnastik |
| 11.35 Uhr | Sauna-Aufguss Tanne | 11.00 Uhr | Yoga 60min 7,50 € | 11.05 Uhr | Sauna-Aufguss Minz- Orange |
| 12.00 Uhr | Fitness- Geräte- Einweisung | 11.05 Uhr | Sauna-Aufguss Kaffee | 12.35 Uhr | Sauna-Aufguss Birke |
| 12.30 Uhr | Wirbelsäulengymnastik | 12.35 Uhr | Sauna-Aufguss Kirsch- Kokos | 16.30 Uhr | Hausführung Sauna-Aufguss |
| 12.35 Uhr | Sauna-Aufguss Himbeere | 12.30 Uhr | Autogenes Training 25min 5,00 € | 16.35 Uhr | Eisminze Spa-Führung |
| 13.00 Uhr | Spritz & Planschstunde | 14.10 Uhr | Sauna-Aufguss 4- Jahreszeiten Spezial | 17.00 Uhr | Sauna-Aufguss Limone |
| 16.00 Uhr | Aqua Rider 60min 7,50 € | 15.00 Uhr | Spritz und Planschstunde | 18.35 Uhr | |
| 16.30 Uhr | Hausführung | 16.30 Uhr | Hausführung | | |
| 16.35 Uhr | Sauna-Aufguss Mohnblüten- Peeling | 16.35 Uhr | Sauna-Aufguss Grüner Apfel | | |
| 17.00 Uhr | Spa-Führung | 17.00 Uhr | Spa-Führung | | |
| 18.35 Uhr | Sauna –Aufguss Slibowitz | 17.35 Uhr | Sauna-Aufguss Banja 5,00 € | | |
| | | 18.35 Uhr | Sauna-Aufguss Latschenkiefer | | |

Bitte beachten Sie auch das tägliche Gästeprogramm „Esplanade Heute“, da es zu Terminverschiebungen kommen kann.