



SPORTPROGRAMM gültig bis zum 7. April 2019

Montag	09.30 - 10.20	Aquafit
	18.00 - 18.50	Pilates
	19.00 - 19.50	Pilates
	20.00 - 20.50	Aquafit
Dienstag	17.30 - 18.30	Fitnessbetreuung & Trainingsinstruktionen (nur auf Voranmeldung)
	18.30 - 19.30	Body Control
	19.45 - 20.30	Aquafit
Mittwoch	09.00 - 10.00	Pilates
	10.15 - 11.15	Pilates
	10.45 - 11.35	Aquafit
Donnerstag	17.30 - 18.20	Pilates
	18.30 - 19.30	Body Move
	19.30 - 20.30	Fitnessbetreuung & Trainingsinstruktionen (nur auf Voranmeldung)
Freitag	08.30 - 09.20	Pilates
	09.30 - 10.45	Body Forming & Tiefenentspannung
	11.00 - 12.00	Pilates
Samstag	09.30 - 11.30	Nordic Walking (1. Samstag im Monat, mit Begleitung)
	12.00 - 12.30	Fitnessbetreuung & Trainingsinstruktionen (nur auf Voranmeldung)
Sonntag	09.30 - 10.45	Yoga

Bitte beachten Sie die Informationen auf der nächsten Seite.



INFORMATIONEN

Öffnungszeiten Aussenpool

Oktober und November 2018 8 bis 21 Uhr
Dezember 2018 bis März 2019 9 bis 21 Uhr

Schneeschuhlaufen

Am Samstagmorgen findet bei guten Schnee- und Wetterbedingungen an folgenden Daten Schneeschuhlaufen statt:

08. Dezember 2018	12. Januar 2019
15. Dezember 2018	19. Januar 2019
05. Januar 2019	26. Januar 2019

Definitive Durchführung unter Tel. 044/786 00 00 ab Samstagmorgen um 7 Uhr.

Ausrüstung: Gutes Schuhwerk, gute und warme Hose und Jacke, Handschuhe, evtl. trockene Kleider zum Wechseln. Schneeschuhe und Stöcke werden zur Verfügung gestellt.

Abfahrt: 09.30 Uhr ab Panorama Resort & Spa, Abmarsch je nach Witterung ab St. Meinrad oder Egg/Einsiedeln, Marschzeit ca. eine bis eineinhalb Stunden mit Ziel Restaurant Körnlisegg (Lunch). Rückkehr 13 Uhr, Ankunft im Hotel spätestens um 13.30 Uhr.

Spezielle Öffnungszeiten Akari Spa über Weihnachten und Neujahr 2018/2019

16. Dezember 2018	bis 18 Uhr geöffnet
17. Dezember 2018	ab 8 Uhr geöffnet
24. Dezember 2018	bis 18 Uhr geöffnet (<i>Fitnesslektionen am 24. Dezember 2018 entfallen</i>)
25. Dezember 2018	ab 8 Uhr geöffnet
31. Dezember 2018	bis 18 Uhr geöffnet
01. Januar 2019	ab 8 Uhr geöffnet

