



Wenn draußen die Natur zur Ruhe kommt, tun wir es ihr gleich. November und Dezember werden bei uns zu GLOW – einer Zeit, in der es um mehr geht als Wellness. Um Achtsamkeit, Bewegung und Balance.

Mit Yoga, Klangreisen, Workshops und einem besonderen Sauna-Programm aus achtsamen Ritualen, Aufgüssen und Themenwochen. Dazu klare Bergluft, stille Wege und Zeit zum Durchatmen. Weniger müssen. Mehr spüren. Mehr bei sich sein.



08.30 Uhr	Acqua Gym mit Ullly
09.30 Uhr	Yoga Morning Stretch
15.45 Uhr	Peeling im Dampfbad
17.00 Uhr	Calming Aufguss in der Eventsauna
18.00 Uhr	Intense Aufguss in der Eventsauna

Montag

Dienstag

15.45 Uhr	Calming Aufguss in der Eventsauna
16.30 Uhr	Vinyasa Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Energizing Aufguss in der Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Intense Aufguss in der Eventsauna



08.30 Uhr	Atme & Klopfe dich frei mit Ullly
09.30 Uhr	Faszientraining mit Ullly
15.45 Uhr	Peeling im Dampfbad
17.00 Uhr	Calming Aufguss in der Eventsauna
18.00 Uhr	Intense Aufguss in der Eventsauna
21.30 Uhr	Kerzenschein-Aufguss in der Eventsauna

Mittwoch

Donnerstag

08.30 Uhr	Acqua Gym mit Sonja
09.30 Uhr	Power Tapping mit Sonja
15.45 Uhr	Calming Aufguss in der Eventsauna
16.30 Uhr	Detox Yoga mit Ullly
17.00 Uhr	Energizing Aufguss in der Eventsauna
17.30 Uhr	Klangreise mit Ullly
18.00 Uhr	Intense Aufguss in der Eventsauna

15.45 Uhr Peeling im Dampfbad
 16.30 Uhr Detox Yoga mit Ullly
 17.00 Uhr Calming Aufguss in der Eventsauna
 17.30 Uhr Klangreise mit Ullly
 18.00 Uhr Intense Aufguss in der Eventsauna

Freitag

Samstag

08.30 Uhr Floating Sound Bath mit Christin
 09.30 Uhr Workshop Kränze Binden mit Anna Piri
 15.45 Uhr Calming Aufguss in der Eventsauna
 16.30 Uhr Vinyasa Yoga mit Vera
 17.00 Uhr Energizing Aufguss in der Eventsauna
 17.30 Uhr Klangreise mit Vera
 18.00 Uhr Intense Aufguss in der Eventsauna
 21.30 Uhr Kerzenschein-Aufguss in der Eventsauna

15.45 Uhr Calming Aufguss in der Eventsauna
 17.00 Uhr Energizing Aufguss in der Eventsauna
 18.00 Uhr Intense Aufguss in der Eventsauna

Sonntag

