

# Freizeitangebot vom 18.11. – 24.11.2024



**Weimarer Land**  
Spa & Golf Resort

Montag 18.11.	Dienstag 19.11.	Mittwoch 20.11.	Donnerstag 21.11.	Freitag 22.11.	Samstag 23.11.	Sonntag 24.11.
10:30 Uhr Stretch & Relax <sup>1</sup>	08:30 Uhr Fit in den Tag <sup>1</sup>	14:30 Uhr Nordic Walking <sup>3</sup>	12:15 Uhr Pilates mit Theraband <sup>1</sup>	10:00 Uhr Yin Yoga <sup>1</sup>	08:30 Uhr Fit in den Tag <sup>1</sup>	11:30 Uhr Rückenfit <sup>1</sup>
12:30 Uhr Nordic Walking <sup>3</sup>	12:30 Uhr Biathlon schießen <sup>3</sup>	16:00 Uhr Geräteeinweisung GYM <sup>1</sup>	15:00 Uhr Aqua Fit <sup>2</sup>	13:00 Uhr Körper- wahrnehmung <sup>1</sup>	12:00 Uhr Biathlon schießen <sup>3</sup>	13:00 Uhr Barfuß Fit <sup>1</sup>
14:30 Uhr Aqua Fit <sup>2</sup>	15:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	14:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	15:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	16:00 Uhr Geräteeinweisung GYM <sup>1</sup>	14:00 Uhr Barfuß Fit <sup>1</sup>	16:30 Uhr Yin Yoga <sup>1</sup>
15:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	16:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	15:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	16:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	15:30 Uhr 18:30 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	15:30 Uhr 16:30 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	15:00 Uhr 16:30 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>
16:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	17:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	16:00 Uhr Dampfbad mit Körperpackung <sup>6</sup>	17:00 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	16:30 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	16:00 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	15:30 Uhr 17:30 Uhr 18:30 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>
18:00 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	18:45 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	17:45 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	17:45 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	17:30 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	18:00 Uhr Aroma Aufguss <sup>4</sup>	

Treffpunkt: <sup>1</sup> Kursraum, <sup>2</sup> Pool, <sup>3</sup> Hotelrezeption, <sup>4</sup> Panorama Sauna, <sup>5</sup> Rabbitclub mit Voranmeldung, <sup>6</sup> Dampfbad