

ELLDUS ERLEBNISPROGRAMM **RELAX & FIT** Aufgüsse & Sportkurse



Öffnungszeiten täglich 09:00 – 21:00 Uhr

MONTAG 26.01.2026	DIENSTAG 27.01.2026	MITTWOCH 28.01.2026	DONNERSTAG 29.01.2026	FREITAG 30.01.2026	SAMSTAG 31.01.2026	SONNTAG 01.02.2026
RELAX	RELAX	RELAX	RELAX	RELAX	RELAX	RELAX
Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr	Kinderaufguss in der Fips Sauna (60°C) kindgerecht Ruhemomente genießen 11 Uhr 16 Uhr
Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14.30 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14.30 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14 Uhr 17 Uhr 20 Uhr	Aufguss in der Steigerstube (70–90°C) 100% Natur, heiß, musikalische Begleitung 14 Uhr 17 Uhr 20 Uhr
Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr	Ritual „Breathe Deep“ Im Laconium (65°C) Menthokristalle für klare Sinne 19.30 Uhr
FIT Anmeldung erforderlich Little & Big Yogis Gemeinsam stark – spielerisch Yoga entdecken mit Collien im Kursraum Dauer: 45 min 09.30 Uhr	RELAX TIPP Gemeinsam Saunieren Wir öffnen unseren Saunabereich jeden Mittwoch von 11 bis 14 Uhr auch für Kinder unter 11 Jahren – selbstverständlich ausschließlich in Begleitung und unter Aufsicht eines Erwachsenen.	FIT Anmeldung erforderlich Ashtanga Yoga Schenke dir Zeit auf der Matte – für Stärke, Beweglichkeit und innere Ruhe mit Stepanka im Kursraum Dauer: 90 min 11 Uhr	FIT Anmeldung erforderlich Strong Circle Pro Edition Ganzkörper – Zirkeltraining freie Übungen mit dem eigenen Körpergewicht oder kleinen Trainingstools mit Michelle im Kursraum Dauer: 45 min 12.45 Uhr	BEAUTY TIPP Lash Lifting – schwungvoll & definiert Für natürlich geschwungene, definierte Wimpern mit Langzeiteffekt: Die Wimpern werden sanft geliftet und gefärbt, sodass der Blick frischer und offener wirkt. 85 Minuten € 90	FIT Anmeldung erforderlich Faszien Flow Geschmeidig und schmerzfrei bewegen mit Kevin im Kursraum Dauer: 45 min 09.30 Uhr	„Genusswürfel“ In der Hutzstube amüsantes Bierritual 18.30 Uhr FIT Anmeldung erforderlich Mini Movers Bewegungsspaß für kleine Entdecker (ab 3 Jahre) mit Collien im Kursraum Dauer: 30 min 09.30 Uhr
		Sound Bath Tiefe Entspannungsreise durch ein Klangfeld aus tibetischen Klangschalen und weiteren harmonisierenden Instrumenten mit Stepanka im Ruheraum Dauer: 60 min 17 Uhr				

Bitte melden Sie sich am Vortag für unsere Fitnesskurse an der Rezeption oder über Tablet auf dem Apartment an!

*Änderungen vorbehalten