



Animációs programok Animationsprogramme



	Hétfő Montag / Monday	Kedd Dienstag / Tuesday	Szerda Mittwoch/Wednesday	Csütörtök Donnerstag/ Thursday	Péntek Freitag / Friday	Szombat Samstag/Saturday	Vasárnap Sonntag/Sunday
9:00	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Stretching*	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training
10:00	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Light Cardio*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Stretching*	Light Cardio*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise
13:00	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance
14:00	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Full Body Cardio*	Köredzés* Zirkeltraining Circuit Training
15:00	Mangó-Levendulás Peeling** Peeling mit Mango und Lavendel Peeling with Mango and Lavender	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee	Narancsos - Mézes Bőrápolás** Hautpflege mit Orange und Honig Skincare with Orange and Honey	Epres Peeling** Peeling mit Erdbeere Peeling with Strawberry	Mangó-Levendulás Peeling** Peeling mit Mango und Lavendel Peeling with Mango and Lavender	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee
16:30	Gyümölcsös Felöntés*** Aufguss mit Früchte Sauna Seance with Fruits	Zöldteás Felöntés*** Aufguss mit Grünen Tee Sauna Seance with Green Tea	Vitaminos Felöntés*** Aufguss mit Vitaminen Sauna Seance with Vitamins	Gyümölcsös Felöntés*** Aufguss mit Früchte Sauna Seance with Fruits	Sörös Felöntés*** Aufguss mit Beer Sauna Seance with Beer	Pálinkás Felöntés*** Aufguss mit Palinka Sauna Seance with Palinka	Vitaminos Felöntés*** Aufguss mit Vitaminen Sauna Seance with Vitamins
17:30	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Kókuszos Bőrápolás** Hautpflege mit Kokos Skincare with Coconut	Barackmagos Bőrápolás** Hautpflege mit Pfirsichkern Skincare with Peach Seed	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with CHocolate
18:30			Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol		Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol	Jeges Borzongás*** Eisiger Schauer Ice Shiver