



# Animációs programok Animationsprogramme



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