

enjoy every moment.



A  
n  
i  
m  
á  
c  
i  
ó  
s  
p  
r  
o  
g  
r  
a  
m

A  
n  
i  
m  
á  
c  
i  
ó  
s  
p  
r  
o  
g  
r  
a  
m

	01.01. Szerda Mittwoch/Wednesday	01.02. Csütörtök Donnerstag/Thursday	01.03. Péntek Freitag/Friday	01.04. Szombat Samstag/Saturday	01.05. Vasárnap Sonntag/Sunday
9:00	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout	Stretching*	Gerinctorna* Wirbelsäulengymnastic Spine-exercise	Light Cardio*	Gumiszalagos Tréning* Widerstandsband Training Resistance Band Workout
10:00	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Full Body Cardio*	Alakformáló Tréning* Figurtraining Body Shaping Training	Erősítés* Krafttraining Strenght Workout	Stretching*
13:00	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance	Meditációs Felöntés*** Meditation Aufguss Meditation Sauna Seance	Relax Felöntés*** Relax Aufguss Relaxing Sauna Seance
14:00	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee	Mézes - Barnacukros Peeling** Peeling mit Honig und Braunen Zucker Peeling with Honey and Brown Sugar	Epres Peeling** Peeling mit Erdbeere Peeling with Strawberry	Kávés Peeling** Peeling mit Kaffee Peeling with Coffee	Mangó - Levendulás Peeling** Peeling mit Mango und Lavendel Peeling with Mango and Lavender
15:00	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas	Aromás Felöntés*** Aufguss mit Aromas Sauna seance with Aromas
16:30	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	Zöldteás Felöntés*** Aufguss mit Grüner Tee Sauna Seance with Green Tea
17:30	Narancsos - Mézes Bőrápolás** Hautpflege mit Orange und Honig Skincare with Orange and Honey	Csokoládés Bőrápolás** Hautpflege mit Schokolade Skincare with Chocolate	Kókuszos Bőrápolás** Hautpflege mit Kokos Skincare with Coconut	Barackmagos Bőrápolás** Hautpflege mit Pflirsichkern Skincare with Peach Seed	Mentolos - CsokisBőrápolás** Hautpflege mit Schokolade und Menthol Skincare with Chocolate and Menthol
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	Mentolos Felöntés*** Aufguss mit Menthol Sauna Seance with Menthol

