

# yoga & fitness

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
09:00-10:00		pilates		pilates			
09:00-09:45	aquafitness		aquafitness		aquafitness		
11:00-12:00	yoga breathing	relaxing yoga	dynamic yoga	relaxing yoga	lyengar yoga	lyengar yoga	lyengar yoga
19:00-20:00 bez zapisów			Seans aromaterapeutyczny w saunie			Seans aromaterapeutyczny w saunie	

**Godziny otwarcia sali fitness oraz strefy basenowej: 8:00 - 22:00.**

**W strefie basenowej obowiązują:**

**Godziny ciszy 08:00 – 10:00 – tylko dla osób powyżej 16 r.ż.**

**Family Time 10:00 – 19:00 – zapraszamy rodziny z dziećmi**

**Godziny ciszy 19:00 – 22:00 – tylko dla osób powyżej 16 r.ż.**

Zajęcia dla Gości hotelowych są bezpłatne.

Zajęcia aquafitness nie odbywają się w dni świąteczne.

Sala fitness jest wyłączona z indywidualnego korzystania podczas zajęć jogi.

Zapisy na zajęcia prowadzone są w recepcji SPA, ilość miejsc na zajęciach jest ograniczona.

# yoga & fitness

	Montag Monday	Dienstag Tuesday	Mittwoch Wednesday	Donnerstag Thursday	Freitag Friday	Samstag Saturday	Sonntag Sunday
09:00-10:00		pilates		pilates			
09:00-09:45	aquafitness		aquafitness		aquafitness		
11:00-12:00	yoga breathing	relaxing yoga	dynamic yoga	relaxing yoga	lyengar yoga	lyengar yoga	lyengar yoga
19:00-20:00 <b>Ohne Aufzeichnungen</b> /Without enrolment/			<b>Aromatherapie und Aufgüsse in der Sauna /</b> Aromatic sauna ritual			<b>Aromatherapie und Aufgüsse in der Sauna /</b> Aromatic sauna ritual	

**Fitnessraum & Poolbereich Öffnungszeiten: 8:00 - 22:00**

Ruhezeit 08:00 - 10:00 - nur für Personen über 16 Jahren alt  
 Familienzeit 10:00 - 19:00 - Familien mit Kindern sind zu dieser Zeit willkommen  
 Ruhezeit 19:00 - 22:00 - nur für Personen über 16 Jahren alt

Fitness room & swimming pool area opening hours: 8 am - 10 pm

Quiet hours 8 am - 10 am - only for persons over 16 years of age.  
 Family Time 10 am - 7 pm - families with children are welcome during this time  
 Quiet hours 7 pm - 10 pm - only for persons over 16 years of age.

**Freier Eintritt für Hotelgäste / Free entry for hotel guests**

**Aquafitness-Kurse finden an Feiertagen nicht statt / Aquafitness sports activities do not take place on public holidays.**

**Der Fitnessraum ist während der Yogastunden von der individuellen Nutzung ausgeschlossen.**

/ The fitness room is excluded from individual use during yoga classes.

**Sie können sich für die Kurse an der SPA-Rezeption anmelden, die Zahl der Plätze ist begrenzt.**

/ You can register for the classes at the SPA reception, the number of places is limited.