

FIT & VITAL mit unserem Wochenprogramm

16.03.2020 bis 22.03.2020

Montag 16.03.2020	Dienstag 17.03.2020	Mittwoch 18.03.2020	Donnerstag 19.03.2020	Freitag 20.03.2020	Samstag 21.03.2020	Sonntag 16.02.2020
10.00 Uhr Langlauf Schnupperkurs	08.00 Uhr Wassergymnastik im Hallenbad	Ab 10.00 Uhr Brotbacken am Harlachberg Anmeldung erforderlich	08.00 Uhr Bier Yoga im Seminarraum	Ab 10.00 Uhr „Bayerisch gemütlich“ Gutsgasthof Frath	08.00 Uhr Wassergymnastik im Hallenbad	10.30 Uhr Gottesdienst in der Kath. Pfarrkirche
Ab 13.00 Uhr Geführte Ortswanderung ab Rathaus	Ab 10.00 Uhr Silberberg Winter- Tour ab Rathaus	13.30 Uhr Familienschneeschuh Tour	09.00 Uhr Königliches Weißwurstseminar bei Metzgerei Einsle	11.00 Uhr und 12.00 Uhr Brauereiführung	11.00 Uhr Geräteeinweisung im Fitnessraum	16.00 – 17.00 Uhr Passionsandacht in der Kath. Kirche Marktplatz
	11.35 Uhr Nordic Walking Treff am Böhmhof bei der Bahnstation	ab 17.00 Uhr Klangschalen- Meditation im Silberberg	09.15 Uhr Urwaldwanderung ab Rathaus	13.00 Uhr Nordic Walking Stunde	11.15 Uhr Rückenfit im Fitnessraum	
	16.00 Uhr und 17.00 Uhr Brauereiführung		13:45 Uhr Geräteeinweisung im Fitnessraum	19.00 Uhr Progressive Muskelentspannung Im Seminarraum	17.00 Uhr Gottesdienst in der Evang.-Luth. Pfarrkirche	
	19.30 Uhr Fackelwanderung		14:00 Uhr Rückenfit im Seminarraum			

Zum Anmelden der Aktivitäten tragen Sie sich bitte
BIS ZUM VORABEND 17.00 Uhr
am Empfang in unser Aktivitätenbuch ein.

Bei späteren An- oder Abmeldungen bitten wir Sie sich an unser Rezeptionspersonal zu wenden.

FIT & VITAL mit unserem Wochenprogramm
16.03.2020 bis 22.03.2020

**Zum Anmelden der Aktivitäten tragen Sie sich bitte
BIS ZUM VORABEND 17.00 Uhr
am Empfang in unser Aktivitätenbuch ein.**

Bei späteren An- oder Abmeldungen bitten wir Sie sich an unser Rezeptionspersonal zu wenden.