

NEU

Gesundheits-Wochenende Fit und vital im Sporthotel Fuchsbachtal

Unsere Leistungen

Freitag

- Anreise und Zimmerbelegung bis 16 Uhr
- 16.30 Uhr Begrüßung in der Lobby und Kurzvortrag zum Thema „Gesunder Rücken“
- 17.30 Uhr Workout mit Stretch & Relax-Programm
- 20 Uhr Vitales 3-Gang Menü im Restaurant inkl. Mineralwasser
- Ab ca. 21.30 Uhr Gemütlicher Ausklang im „Fuchsbau“
- Übernachtung

Samstag

- 7-9 Uhr Vitales Frühstücksbuffet
- 9.30 Uhr Rücken-Fit
- 10.30 Uhr Nordic-Walking oder Joggen im Deister
- 12 Uhr Mittagessen: Salate in versch. Variationen inkl. Mineralwasser
- 15.30 Uhr Gymnastik von Kopf bis Fuß
- 16.30 Uhr Thai-Chi
- Nachmittags für die Fußballbegeisterten: Bundesliga-Live in unserer Skysportsbar inkl. eines alkoholfreien Getränks
- 20 Uhr Abendessen im Restaurant inkl. Mineralwasser
- Ab ca. 21.30 Uhr Gemütlicher Ausklang im „Fuchsbau“
- Übernachtung

Sonntag

- 8-9 Uhr Fitness am Morgen
- 9.30-12 Uhr Vitales Frühstücksbuffet
- Möglichkeit zur Nutzung der Fitness- & Wellnessanlage „Studio B54“
- Abreise



Preis € 169,- pro Person im DZ (**Sonderpreis nur für AOK-Versicherte!**)
 € 229,- pro Person im DZ für NICHT-AOK Versicherte

Hinweise: Die Kurse werden von qualifizierten TrainernInnen durchgeführt. Während des gesamten Aufenthalts steht Ihnen die Nutzung der Fitness- & Wellnessanlage „Studio B54“ zur Verfügung (u. a. Bio-, Finnische- sowie Infrarotsauna, Fitnessgeräte, Kurse, Schwimmbad, Tennisplatz sowie Fußballplätze direkt am Haus, etc.). Mindestteilnehmerzahl 10 Personen. Gegen Aufpreis u. a. möglich: EZ, Whirlpool, Medyjet und Massagen. Für Buchungsanfragen und weitere Informationen stehen wir Ihnen unter Tel. 05105-776-0 oder E-Mail info@sporthotel-fuchsbachtal.de gerne zur Verfügung. Wir freuen uns auf Sie!

Die Termine in 2010: 29.-31. Jan., 26.-28. Mär., 2.-4. Apr. (Ostern), 14.-16. Mai, 23.-25. Jul., 24.-26. Sept., 22.-24. Okt., 26.-28. Nov., 17.-19. Dez. 2010

Die Termine in 2011: 21.-23. Jan., 18.-20. Feb., 25.-27. Mär., 29.Apr.-1.Mai, 27.-29. Mai, 24.-26. Jun. 2011