

# NOSTRO PROGRAMMA E-BIKE-ESCURSIONI-FITNESS

## LUNEDÌ

Morning Wake Up con nostro fitness-coach Ivan  
E-Bike Giro introduttivo (gratuito)  
Escursione speciale di casa con Monika  
Giro con la bici elettrica- giornata intera (a pagamento)  
“Cool down” nel nostro ruscello con Ivan



## MARTEDÌ

Aquagym con Tomi  
Yoga sotto il Rosengarten  
Escursione con Ivan al Latemar e lago di carezza  
Tour con la bici elettrica – mezza giornata (a pagamento)  
Fit & Fun nella natura



## MERCOLEDÌ

Aquagym con Tomi  
Morning Wake Up sotto il Rosengarten  
Escursione dedicata ai fiori con Monika  
Giro con la bici elettrica- giornata intera (a pagamento)  
Istruzioni di fotografie con Ivan

## GIOVEDÌ

Escursione all'alba al pulpito  
Aquagym con Tomi  
Giro con la bici elettrica- giornata intera (a pagamento)  
Fit & Fun nella natura



## VENERDÌ

Aquagym con Tomi  
Morning Wake Up sotto il Rosengarten  
Escursione geologica al Latemar con Ivan  
Tour con la bici elettrica – mezza giornata (a pagamento)  
„Stress Less“ meditazione alla Moseralm

## SABATO

Aquagym con Tomi  
Via ferrata con guida alpina Hansjörg ( a pagamento)  
Info e consigli d'escursioni alla reception

## DOMENICA

Immagini e presentazione del programma settimanale  
Aperitivo sulla nostra terrazza con stuzzichini  
Serata di gala



**SALVO MODIFICHE**