

WALDHAUS SPA WEEKLY WORKOUT



June Programme

TIME	MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY
				01.06.2017	02.06.2017	03.06.2017
8.30–9.30 Uhr				Pilates	Body Workout	Power Body Workout
8.30–9.45 Uhr						
17–18 Uhr				Move & Stretch		
	05.06.2017	06.06.2017	07.06.2017	08.06.2017	09.06.2017	10.06.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout			Pilates	Body Workout	Power Body Workout
8.30–9.45 Uhr			Power Body Workout			
17–18 Uhr	Stretch & Relax		Stretch & Relax	Move & Stretch		
	12.06.2017	13.06.2017	14.06.2017	15.06.2017	16.06.2017	17.06.2017
8.30–9.30 Uhr		Body Workout			Body Workout	Power Body Workout
8.30–9.45 Uhr			Power Body Workout			
17–18 Uhr			Stretch & Relax			
	19.06.2017	20.06.2017	21.06.2017	22.06.2017	23.06.2017	24.06.2017
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Water Gymnastics		Pilates	Body Workout	Power Body Workout
8.30–9.45 Uhr			Power Body Workout			
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Move & Stretch	Stretch & Relax	Move & Stretch		
	26.06.2017	27.06.2017	28.06.2017	29.06.2017	30.06.2017	
8.30–9.30 Uhr	Body Workout	Water Gymnastics		Pilates	Body Workout	
8.30–9.45 Uhr			Power Body Workout			
17–18 Uhr	Stretch & Relax	Move & Stretch	Stretch & Relax	Move & Stretch		

The Waldhaus Spa weekly workout programme is valid in June 2017. Subject to modifications. Phone +41 (0)81 928 49 99