



DAS AHLBECK

HOTEL & SPA

Sport- & Aktivplan

01.06.2026 – 07.06.2026

Tag	Uhrzeit	Aktivität	Treffpunkt
Montag	08:30 Uhr	Bauch -Beine-Po (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Dienstag	08:30 Uhr	Rücken- Aktiv- Sport (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Mittwoch	08:30 Uhr	„Einklang in den Morgen“ (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Donnerstag	08:30 Uhr	„Einklang in den Morgen“ (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Freitag	08:00 Uhr	Bauch -Beine-Po (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Samstag	08:30 Uhr	Wassergymnastik (Anmeldung am Vorabend)	Schwimmbad
	10:30 Uhr	Führung durch den Spa Bereich	Wellnessrezeption
Sonntag	08:30 Uhr	„Einklang in den Morgen“ (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption