



DAS AHLBECK

HOTEL & SPA

Sport- & Aktivplan

09.02.2026 - 15.02.2026

Tag	Uhrzeit	Aktivität	Treffpunkt
Montag	08:00 Uhr	„Lauflust Usedom“ Laufen oder Walken mit Christina (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
	10:30 Uhr	Begrüßungcocktail „Usedom Intim“ + Führung Spa Bereich	Wellnessbereich
Dienstag	08:30 Uhr	Bauch- Beine- Po Gymnastik (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Mittwoch	08:30 Uhr	Wassergymnastik (Anmeldung am Vorabend)	Schwimmbad
Donnerstag	08:30 Uhr	„Einklang in den Morgen“ (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Freitag	08:30 Uhr	Nordic Walking (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption
Samstag	08:30 Uhr	Wassergymnastik (Anmeldung am Vorabend)	Schwimmbad
Sonntag	08:30 Uhr	Rücken- Gymnastik (Anmeldung am Vorabend)	Wellnessrezeption