


















Der Inhalt

Erlebe ein ausgewogenes
Bewegung-Entspannungsprogramm
und genieße dabei kulinarische Vielfalt
sowie den erholsamen
Spa-Bereich des Hotels!

Anreise: Freitag ab 14 Uhr
Abreise: Sonntag ab 14 Uhr

Preis pro Person: 349 € im DZ / 369 € im EZ
(Übernachtung, Vollpension ohne Getränke)

Veranstaltungsort: Kurpark-Hotel in Bad Dürkheim

	Samstag	Sonntag
7:30 - 8:00	 Aufwach-Walking im Kurpark	 Aktivierende Rückengymnastik
	 Gemeinsames Frühstücksbuffet	 Gemeinsames Frühstücksbuffet
10:00 - 11:00	 Hatha Yoga mit Sonnengruß	 Walkingtour durch Weinberge
11:15 - 12:15	 Walkingtour durch Weinberge	 Workshop Stressmanagement
	 Großer bunter Salatteller der Saison	 2-Gänge- Auswahl-Menü
14:30 - 15:30	 Choreografischer Pilates flow	
	 Entspannen im Spa-Bereich des Kurpark-Hotels	
16:00 - 18:00	 Kraftspendende Waldwanderung	
	 Gemeinsames Abendessen-Bufferet	 3-Gänge- Auswahl-Menü
20:00 - 22:00	 Entspannen im Spa-Bereich des Kurpark-Hotels	 Gemeinsamer Stadtspaziergang

