





Teens-Wochenprogramm Winter (Beispiel)

-OO

SAMSTAG

Kino 20.30 Zoomania 2

Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"

Sonntag

0011111110	
07.30	Warm-up und entspanntes Erwachen
17.00	Fit mit Aerobic und Bauch-Beine-Po mit abschließendem Stretching.
	Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen
	Treffpunkt im Fit & Relax
20.30	UNO-Spielkartenabend
	Treffpunkt an der Rezeption
Kino 20.30	Fack Ju Göthe 3
	Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"

MONTAC

Montag	
11.15	Geführte Winter-Wanderung.
	Treffpunkt an der Rezeption
17.00	Tischtennisturnier in unserer Erlebnishalle
20.30	Sonngastein sucht den Torwandkönig!
	Jeden Montagabend geben wir unseren Gästen einmalig die Möglichkeit geben, 6
	Schüsse (jeweils 3 unten und 3 oben) auf unsere Torwand zu machen.
	Mitmachen lohnt sich, denn mit ein bisschen Glück & Geschick gibt es für den
	Saisongewinner (Winter & Sommer) einen Tag gratis im Sonngastein ©
	Bei Treffergleichheit am Ende der Saison entscheidet das Los.
	Zudem wartet auf den Tagessieger ein Cocktail nach Wahl.
Highlight	Trifft jemand 6 Schüsse in Folge darf er sich über eine Woche Urlaub im
	Sonngastein freuen. Die Rangliste wird fortlaufend auf facebook aktualisiert.
Kino 20.30	Street Dance New York

Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"



DIENSTAG	
16.15	Rücken Fit Ein schöner Rücken kann viele entzücken. Wir stärken die Rücken- und Rumpfmuskulatur. Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen Treffpunkt im Fit & Relax
17.15	Aqua Fit
	Treffpunkt im Schwimmbad
18.00	Fackelwanderung Auf geht's zu einem wunderschönen abendlichen Spaziergang mit Fackeln entlang der Promenade und zurück über die Straßen von Remsach. Dauer: ca. 1 Std., Treffpunkt an der Rezeption
Kino 20.30	Blind Side – Die große Chance Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"
MITTWOCH	
10.30	Schneeschuhwanderung im Angertal (mit Unkostenbeitrag) Treffpunkt an der Rezeption
17.00	Fit mit Aerobic und Bauch-Beine-Po mit abschließendem Stretching . <i>Maximale Teilnehmerzahl</i> : 10 Personen. Treffpunkt im Fit & Relax
18.00	Yoga im Hier & Jetzt. Bewegen durch gezieltes, achtsames Üben. Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen Treffpunkt im Fit & Relax
20.30	Fußball-Match in unserer Erlebnishalle. Treffpunkt direkt dort.
Kino 20.30	Kokowääh 2 Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"
Donnerstag	
16.15	Power-Bauch-Training Ein Six-Pack wäre wünschenswert? Dann kommen Sie und tun Sie etwas dafür ☺ Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen. Treffpunkt im Fit & Relax
17.00	Progressive Muskelentspannung PMR Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen. Treffpunkt im Fit & Relax
17.35	Tanzen Sie sich frei mit karibischen Rhythmen. Treffpunkt in der Erlebnishalle.
18.00	Air-Hockey-Turnier in unserer Erlebnishalle. Treffpunkt direkt dort.
Kino 20.30	James Bond: Skyfall Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"
Freitag	
17.00	Pilates im Fit & Relax Maximale Teilnehmerzahl: 10 Personen. Treffpunkt direkt dort.
Kino 20.30	Powder Girl Kinoabend im Hotelkino "Die Pupille"