

Unser Move Programm

*Alle unsere Aktivitäten sind sehr
begeehrt und haben eine begrenzte
Teilnehmerzahl, weshalb wir Ihnen
eine vorzeitige Anmeldung empfehlen.*

*Für weitere Informationen und
Buchungen wenden wenden Sie
sich bitte an die SPA Rezeption.*



HOTEL EDEN ROC
ASCONA

Wochenplan

	<i>Dienstag</i>	<i>Mittwoch</i>	<i>Donnerstag</i>	<i>Freitag</i>	<i>Samstag</i>
07:00		Sunrise Yoga Experience 60 Minuten		Sunrise Yoga Meditation 30 Minuten	
08:00	Morning Yoga 60 Minuten		Morning Yoga 60 Minuten	Morning Yoga 60 Minuten	
09:15	Yoga Experience 30 Minuten	Yoga Experience 30 Minuten	Yoga Experience 30 Minuten		
09:30					Yoga Monte Verita Treffpunkt: Spa Rezeption
17:00	Sunset Flow 60 Minuten		Sunset Flow 60 Minuten		