

Unser Move Programm

Alle unsere Aktivitäten sind sehr begehrt 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.

Wochenplan

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
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		



H O T E L E D E N R O C

ASCONA