

**Provisorisches Programm: Yoga & Pilates Weekend Lenzerheide**  
**Do. 28. November - So. 1. Dezember 2024**

**KUONI** | Sports Travel

**UCHSNER SPORT TRAVEL**

	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Vormittag</b>	Individuelle Anreise	Good Morning Pilates (Petra) 07:30 - 08:00	07:30 - 08:00 Good Morning Yoga (Kati)	
		Frühstück	Frühstück	Frühstück
		Power Yoga (Kati) 10:00 - 11:00	Simply Core (Kati) 10:00 - 10:45	Surprise Goodbye Training (Petra & Kati) 10:00 - 11:30
<b>Nachmittag</b>		Zeit für Erholung und Wellness	Zeit für Erholung und Wellness	Individuelle Heimreise
	15:30 Begrüssung	Arms & Glutes (Kati) 14:00 - 14:30	Training Total Body (Petra) 14:00 - 15:00	
	Welcome Yogilates (Kati und Petra) 16:00 - 17:15	Myofasciales Pilates (Petra) 14:30 - 15:30	Yoga Flow & Meditation (Kati) 15:00 - 16:30	
<b>Abends</b>		Zeit für Erholung und Wellness	Zeit für Erholung und Wellness	
	18:15 Welcome Drink an der Hotelbar			
	19:00 Abendessen	Abendessen	Abendessen	

Programmänderungen vorbehalten.