


HolisticLife Aktiv

Sonntag, 03. November 2019

Uhrzeit	Aktivität		Dauer	Treffpunkt
05:45	Operation Sunrise Sonnenaufgangswanderung mit Karl Traubel		3 Std.	HotelLobby
08:30	Yoga mit Georg		60 Min.	WeitBlick
09:30	Heilige Messe Gottesdienst			Pfarrkirche
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian			SaunaHaus
16:00	Yoga mit Anna		60 Min.	WeitBlick
ab 18:15	Einladung zum LebensESSENzApero mit Gertrud Hiemer Haslach, die Sie auch musikalisch zum...		30 Min.	HotelLobby
18:45	...6-Gang- LebensESSENzMenü unterhält.			Restaurant Stuben

Montag, 04. November 2019

Uhrzeit	Aktivität		Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Anna		60 Min.	WeitBlick
10:30	NagelfluhTour Wanderung mit Theo Schwärzler		4-5 Std.	HotelLobby
12:00	Koch-Schule mit Ernährungskoach Gabriel Simon			FrontCooking
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian			SaunaHaus
15:30	Gewürzkunde mit Gabriel Simon*		60 Min.	Kräuterei
15:30	Faszien Training mit Andi		60 Min.	EinBlick
17:00	TeeStunde mit Stefan Wieland		60 Min.	Kräuterei

* bei diesem Programmpunkt können Kosten anfallen



Dienstag, 05. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Anna	60 Min.	EinBlick
10:00	Dorfgang mit Doris Eberle	2 Std.	HotelLobby
12:00	Koch-Schule mit Ernährungscoach Gabriel Simon		Front Cooking
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian		SaunaHaus
15:30	Vortrag zum Thema Rückenbeschwerden mit Dr. Schömer 	60 Min.	Kaminstube
15:30	Pralinen-Workshop mit Gabriel Simon*	60 Min.	Front Cooking
17:00	Faszien Training mit Michael	60 Min.	EinBlick
16:00	Studioführung durch das Medienhaus von Radio Horeb. An dieser können Sie allein teilnehmen. Täglich von Montag bis Samstag um 16 Uhr.		Radio Horeb
ab 18:00	Verkostung von regionalen Produkten mit Karl und Marc Traubel	90 Min.	Traubels Speiss
19:00	Stubenmusik mit Andrea Lerpscher		Restaurant Stuben

Mittwoch, 06. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Georg	60 Min.	EinBlick
09:30	Naturbaden mit unserem Ranger Wolfgang Zeller „grounden & connecten“ Wanderung im Naturpark Nagelfluh 	4-5 Std.	HotelLobby
12:00	Koch-Schule mit Ernährungscoach Gabriel Simon		Front Cooking
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian		SaunaHaus
15:30	Räucher-Workshop mit Gabriel Simon*	60 Min.	Kräuterei
16:30	Qi Gong mit Georg	60 Min.	EinBlick
17:00	Gin & Tonic Tasting mit Daniela*	60 Min.	TraubelsBar


* bei diesem Programmpunkt können Kosten anfallen



Donnerstag, 07. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Georg	60 Min.	EinBlick
10:00	Wanderung mit Anton Heinle	3-4 Std.	HotelLobby
12:00	Koch-Schule mit Ernährungscoach Gabriel Simon 		Front Cooking
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Daniel		SaunaHaus
15:30	Vortrag zum Thema Rückenbeschwerden mit Dr. Schömer	60 Min.	Kaminstube
15:30	Chutney-Workshop mit Gabriel Simon*	60 Min.	Front Cooking
16:00	Studioführung durch das Medienhaus von Radio Horeb. An dieser können Sie allein teilnehmen. Täglich von Montag bis Samstag um 16 Uhr.		Radio Horeb
17:00	Qi Gong mit Georg	60 Min.	WeitBlick
ab 18:30	KitchenClub mit gemeinsamen Aperitif, anschließendem Abendessen in der Küche, musikalisch begleitet mit der Band BURON		HotelLobby

Freitag, 08. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Georg	60 Min.	WeitBlick
10:30	NagelfluhTour Wanderung mit Theo Schwärzler 	4-5 Std.	HotelLobby
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Daniel		SaunaHaus
16:00	Hausexkursion mit Lawinen-Info mit Marc Traubel	90 Min.	Hotel Lobby
17:00	Qi Gong mit Georg	60 Min.	WeitBlick
17:00	Weindegustation mit Stefan Wieland*	90 Min.	Kräuterei


* bei diesem Programmpunkt können Kosten anfallen



Samstag, 09. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
08:30	Yoga mit Anna	60 Min.	WeitBlick
09:30	Kräuterspaziergang mit unserer Kräuterhexe Sandra Südbeck und anschließende Herstellung von Naturkosmetik*	2-3 Std.	Hotel Lobby
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian		SaunaHaus
16:00	Studioführung durch das Medienhaus von Radio Horeb. An dieser können Sie allein teilnehmen. Täglich von Montag bis Samstag um 16 Uhr.		Radio Horeb
17:00	Qi Gong mit Georg 	60 Min.	WeitBlick
ab 18:00	Verkostung von regionalen Produkten mit Karl und Marc Traubel	90 Min.	Traubels Speiss

Sonntag, 10. November 2019

Uhrzeit	Aktivität	Dauer	Treffpunkt
06:00	Operation Sunrise Sonnenaufgangswanderung mit Marc Traubel 	3 Std.	HotelLobby
08:30	Yoga mit Georg	60 Min.	WeitBlick
09:30	Heilige Messe Gottesdienst		Pfarrkirche
12:00	Koch-Schule mit Ernährungscoach Gabriel Simon		Front Cooking
ab 14:30	SaunaDetoxRituale mit Christian		SaunaHaus
15:30	Herstellung von Trinkschokolade mit Gabriel Simon*	60 Min.	Front Cooking
16:00	Qi Gong mit Georg	60 Min.	WeitBlick
ab 18:15	Einladung zum LebensESSENzApero mit der Jazzband INSPIRATION die Sie auch musikalisch zum...	30 Min.	HotelLobby
18:45	... LebensESSENz-6-Gang-Menü unterhält.		Restaurant Stuben

* bei diesem Programmpunkt können Kosten anfallen

