



la clairière

BIO & SPA HOTEL

# PROGRAMM DER AKTIVITÄTEN

Dieses Programm kann sich ändern.

Datum	Zeit	Aktivitäten	Dauer	Ort
Montag	10h30	Yoga	60min	Raum 311
Dienstag	08h30	Qi Gong	60min	Raum 311
Mittwoch	08h30	Tai Chi	60min	Raum 311
Donnerstag	10h30	Yoga	60min	Raum 311
Freitag	08h30	« A l'Ecole du Mouvement » (Feldenkrais Methode)	60min	Raum 311
Samstag	08h30	Do In (Selbstmassage)	60min	Raum 311
	18h00	Yoga	60min	Raum 311
Sonntag	10h00	« Bain de Forêt » - « Waldbad » (oder Sophrologie bei schlechtem Wetter)	90min (60min)	Rezeption
	13h00	lateinamerikanische Tänze	60min	Raum 101

Die Teilnahme an Aktivitäten ist kostenpflichtig, sofern sie nicht in Ihrem Paket enthalten ist.

La Clairière informiert Sie darüber, dass Kurse wahrscheinlich abgesagt werden, wenn wir keine Anmeldungen haben.

[www.la-clairiere.com](http://www.la-clairiere.com)