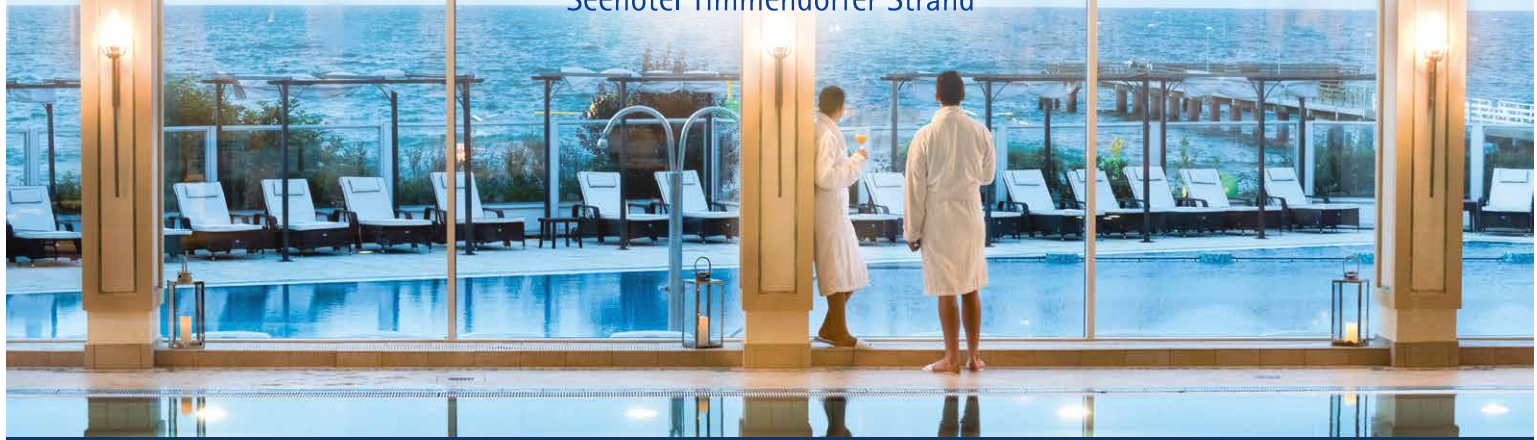




Seehotel Timmendorfer Strand



# Wöchentliches Wellness-Aktivangebot

29. Oktober bis 22. Dezember 2023 | 7. Januar bis 29. März 2024

## Sonntag

17 bis 20 Uhr

Erleben Sie unser romantisches **Candle-Light-Schwimmen** im Meerwasserinnenpool! Lassen Sie sich vom Kerzenschein verzaubern.

## Montag

**Ganztägig**

Wie wäre es heute mal mit einem **Fahrradausflug**? Eventuell ist das Wetter schön und lädt zu einer Runde durch die erwachende Natur ein. Vielleicht einmal rund um den Hemmelsdorfer See mit Station auf dem Rückweg am Lakehouse in Hemmelsdorf? Fahrradverleih via TobisRad (direkt am Hotel).

## Dienstag

7.30 Uhr

Mach mit, bleib fit! **Nordic Walking** mit Personal Trainer Jens Bergau. Treffpunkt Eingang FigurArt Studio. Mindestteilnehmerzahl zwei Personen, es stehen Stöcke für bis zu zehn Personen bereit. Bei schlechtem Wetter gibt es ein alternatives Sportangebot im FigurArt Studio. Anmeldung bis Montag 12 Uhr.

8.15 Uhr

**Wassergymnastik** im Meerwasserinnenpool. Mit einer Einführung und unter fachkundiger Anleitung. Dauer ca. 45 Minuten.

## Mittwoch

9 Uhr

**Wassergymnastik** im Meerwasserinnenpool. Mit einer Einführung und unter fachkundiger Anleitung. Dauer ca. 45 Minuten.

18 Uhr

Mach mit, bleib fit! **Nordic Walking** mit Personal Trainer Jens Bergau. Treffpunkt Eingang FigurArt Studio. Mindestteilnehmerzahl zwei Personen, es stehen Stöcke für bis zu zehn Personen bereit. Bei schlechtem Wetter gibt es ein alternatives Sportangebot im FigurArt Studio. Anmeldung bis 17 Uhr am Vortag an der Hotelrezeption.

18 Uhr

**Aquafitness** im Meerwasserinnenpool. Mit einer Einführung und unter fachkundiger Anleitung. Dauer ca. 60 Minuten.



## Donnerstag

8.15 Uhr

**Wassergymnastik** im Meerwasserinnenpool. Mit einer Einführung und unter fachkundiger Anleitung. Dauer ca. 45 Minuten.

16 bis 19 Uhr

Stündlicher **Saunaaufguss** in der Finnischen Sauna. Erleben Sie eine wundervolle Duftreise mit 100 % ätherischen Ölen. Genießen Sie nach Ihrem Saunagang im Ruhebereich frisches Obst und verschiedene Getränke.

## Freitag

11 Uhr

**Golfrunde** mit der Maritim Direktion auf dem Golfplatz des Maritim Golfpark Ostsee in Warnsdorf. Eigene Anfahrt, 11 Uhr Abschlag dort. Maritim Hotelgäste erhalten 50 % Ermäßigung auf das Greenfee. Die Voucher erhalten Sie an der Hotelrezeption. Wir wünschen Ihnen ein schönes Spiel! Anmeldung bis Donnerstag 12 Uhr.

16 bis 19 Uhr

Stündlicher **Saunaaufguss** in der Finnischen Sauna. Erleben Sie eine wundervolle Duftreise mit 100 % ätherischen Ölen. Genießen Sie nach Ihrem Saunagang im Ruhebereich frisches Obst und verschiedene Getränke.

18 Uhr

Mach mit, bleib fit! **Nordic Walking** mit Personal Trainer Jens Bergau. Treffpunkt Eingang FigurArt Studio. Mindestteilnehmerzahl zwei Personen, es stehen Stöcke für bis zu zehn Personen bereit. Bei schlechtem Wetter gibt es ein alternatives Sportangebot im FigurArt Studio. Anmeldung bis 17 Uhr am Vortag an der Hotelrezeption.

## Samstag

7.30 Uhr

Mach mit, bleib fit! **Nordic Walking** mit Personal Trainer Jens Bergau. Treffpunkt Eingang FigurArt Studio. Mindestteilnehmerzahl zwei Personen, es stehen Stöcke für bis zu zehn Personen bereit. Bei schlechtem Wetter gibt es ein alternatives Sportangebot im FigurArt Studio. Anmeldung bis Freitag 12 Uhr.

15 Uhr

Transfer zum „**Schnuppergolfen**“. Falls Sie noch nie einen Golfschläger geschwungen haben und das Golfen einmal ausprobieren möchten, können Sie mit unseren PGA-Golflehrern Olaf und Malte in 90 intensiven Minuten die Geheimnisse dieses faszinierenden Sports entdecken. Bei schlechtem Wetter auf der Indooranlage. Wenn Sie danach noch weiter üben möchten – sehr gerne! Unser Übungsgelände auf dem Golfplatz des Maritim Golfpark Ostsee steht Ihnen (jederzeit) offen. Golfschläger und Bälle erhalten Sie an diesem Tag kostenfrei. Rückkehr ca. 17.30 Uhr. Anmeldung an der Hotelrezeption.



Das gesamte Aktivprogramm ist für Gäste des Hotelangebots „Frühlings-special: Wellness-Aktiv an der Ostsee“ ohne weitere Kosten nutzbar.