

Wochenprogramm

12. bis 18. Oktober 2026

since 1904
Schwabacherhof
LENZERHEIDE



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8 - 9 Uhr Rückenfit*		8 - 9 Uhr Rückenfit* 	6.15 Uhr Sonnenaufgangs- wanderung mit Elisabeth			8.30 Uhr Klang am See beim Lideo (Violine & Gitarre)
10 Uhr (jeden Tag) 	Hasenfütterung	Hasenfütterung	Hasenfütterung	Hasenfütterung	Hasenfütterung	Hasenfütterung
10.30 - 11 Uhr Badesalz mit Ariane	16.30 - 17.45 Uhr Yoga* 	9 - 11 Uhr Familien-Hamam*	16.30 - 17.45 Uhr Yoga* 	18 - 19 Uhr Dehnung & Entspannung* 		8 - 9.15 Uhr 9.30 - 10.45 Uhr Yoga* 
19 - 20 Uhr Körperkräftigung*	18 - 19.15 Uhr Yoga* 	18.30 - 19.30 Uhr Zirkeltraining* 	18 - 19.15 Uhr Yoga* 	19.30 - 21 Uhr Handpan mit Nathalie	15.30 - 16.30 Uhr Kunstführung mit Claudia Züllig	
ab 20 Uhr Spielosoph Lukas 	ab 20 Uhr Spielosoph Lukas	ab 20 Uhr Spielosoph Lukas	ab 20 Uhr Spielosoph Lukas	ab 20 Uhr Spielosoph Lukas	20.15 - 20.45 Uhr Kinderdisco mit Schwiizergoofe	
19 - 20.30 Uhr Pilze aus Kaffee- filter	19 - 20.30 Uhr Steine bemalen	19 - 20.30 Uhr Kinder Yoga	19 - 20.30 Uhr Mobile	19 - 20.30 Uhr Kreatives Basteln	19 - 20.30 Uhr Puzzleabend	

Kinderprogramm

* Auf Voranmeldung bis am Vorabend um 19.00 Uhr an der Réception
Für weitere Informationen dürfen Sie sich gerne an der Rezeption melden