



GRAND HOTEL KRONENHOF
PONTRESINA



kronenhof spa

fitness programm

Die Fitnesskurse finden ausschliesslich bei Vorreservierung statt.

The group lessons will take place with reservation only.

	8.00 - 8.30 h	9.00 - 10.00 h	19.00 - 20.00 h
Samstag <i>Saturday</i> 26.01.		Yoga 08.00-9.00	TRX Workout 19.00-19.30
Sonntag <i>Sunday</i> 27.01.			Meditation 19.00-19.30
Montag <i>Monday</i> 28.01.			Yoga
Dienstag <i>Tuesday</i> 29.01.		Yoga 08.00-9.00	
Mittwoch <i>Wednesday</i> 30.01.	Aqua Fit Pool	Yoga	Faszien Pilates
Donnerstag <i>Thursday</i> 31.01.	Aqua Step Pool		Stretch & Relax
Freitag <i>Friday</i> 01.02.	Aqua Fit Pool		Yoga