



Aktive Bewegungspausen



Als Resort, welchem Nachhaltigkeit, die Work-Life-Balance der eigenen Mitarbeiter sowie Bewegung und Prävention am Herzen liegen, möchten wir Ihnen ebenso unsere aktiven Bewegungspausen anbieten. Auf Anfrage und nach Verfügbarkeit haben wir mit unserem hauseigenen Fitness-Team die folgenden kurzen und längeren Pausen-Optionen:

1. Tagungs-Gymnastik

30 Minuten - 7,00 € p.P. | 50 Minuten - 11,00 € p.P.

2. Stretch & Relax

30 Minuten | 39,00 € pauschal | bis 6 Personen möglich

3. Lebenskraft

Kräftigungskurs | 45 Minuten | 58,00 € pauschal | bis 6 Personen möglich

4. Pilates

60 Minuten | 77,00 € pauschal bis 6 Personen möglich

5. Progressive Muskelrelaxation

50 Minuten | 64,00 € pauschal | bis 6 Personen möglich

6. Achtsame Körperreise

50 Minuten | 64,00 € pauschal | bis 6 Personen möglich

7. Walking rund um den Schindelbruch

60 Minuten | 77,00 € pauschal | bis 12 Personen möglich

8. Knifflige Pause

Verschiedene Spiele | 45 Minuten | 58,00 € pauschal | bis 12 Personen möglich

9. Waldbaden

90 Minuten | 115,00 € pauschal | wetterabhängig | bis 12 Personen (Körperliche und mentale gute Verfassung erforderlich)

10. Yoga (Hatha Yoga | Faszien Yoga)

wetterabhängig auch im Freien möglich | bis 12 Personen möglich | Preis auf Anfrage

11. Geländelauf für Fortgeschrittene

75 Minuten | 96,00 € pauschal | bis 12 Personen möglich

Noch nicht das Passende dabei? Sprechen Sie uns gern an und werfen Sie auch gern einen Blick in unsere Incentive-Broschüre, die darüber hinaus viele Möglichkeiten bietet. Alles über die hier angegebene Personenzahl hinaus auf Anfrage und nach Verfügbarkeit, da mehr Betreuer notwendig sind.