

DER ÖSCHBERGHOF

Aktivprogramm 30. März bis 05. April 2026

Für aktuelle News & Angebote
QR-Code scannen und App
herunter laden.



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:45 – 9:15 Aqua Fitness Innenpool	10:30 – 11:00 Rückenfit GYM	13:00 – 13:30 Hausführung GUEST RELATIONS	12:00 – 15:00 Frühlingswanderung mit Gerhard GUEST RELATIONS	12:00 – 15:00 E-Bike Tour mit Gerhard GUEST RELATIONS	13:00 – 13:30 Sixpack GYM	12:00 – 13:00 Yoga Flow GYM
11:30 – 12:00 Stretch & Mobility GYM	14:30 – 15:15 Jumping GYM	13:45 – 14:15 Sixpack GYM	13:30 – 14:00 Tiefenentspannung GYM	13:00 – 13:45 Pilates GYM	14:30 – 15:15 Jumping GYM	13:00 – 13:30 Aqua Fitness Innenpool
14:00 – 14:45 Zirkeltraining GYM		15:00 – 15:30 Rückenfit GYM	14:30 – 15:00 Rückenfit GYM	15:00 – 15:30 Stretch & Mobility GYM	15:45 – 16:15 Tiefenentspannung GYM	
15:30 – 16:00 Rückenfit GYM	16:00 – 16:45 Pilates GYM	16:30 – 17:00 Stretch & Mobility GYM	15:30 – 16:00 Stretch & Mobility GYM	17:00 – 18:00 Yin & Yang Flow GYM	18:00 – 19:00 Offizieller Osterempfang LOBBY	14:30 – 15:15 HIIT Training GYM
					21:00 – 23:30 Musikalischer Ausklang Wohnzimmer	15:45 – 16:15 Tiefenentspannung GYM

Wir bitten Sie, sich bei Kursen bis eine Stunde vor Kursbeginn und bei Outdoor-Aktivitäten bis 10.00 Uhr des jeweiligen Tages an unserer Guest Relations anzumelden. Bitte finden Sie sich 5 Minuten vor Kursbeginn am jeweiligen Treffpunkt ein. Vielen Dank



Spa & Gym



Schwimmbad



Guest Relations



Esszimmer



Outdoor



Bar