

# Plan your Week



Nützliche Tipps & Infos direkt auf Ihrem Smartphone  
my.schwarzschmied.com

SO 20.07	MO 21.07	DI 22.07	MI 23.07	DO 24.07	FR 25.07	SA 26.07	SO 27.07
<p>■ 7:30 - 9:00 Uhr <b>Kneippen, Meditation &amp; Breathwork</b> mit Jean Paul Preis: 18€</p> <p>▲ 8:30 - 9:30 Uhr <b>5 Tibeter</b> mit Naomi @arise</p> <p>▲ 16:00 - 17:00 Uhr <b>Nervous System Reset: Relax and Unwind</b> mit Daniel Preis: 18€ @arise</p> <p>● 19:00 Uhr <b>Poolhouse Grill</b> Preis: 75€ exkl. Getränke @Villa Arnica</p>	<p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 16:00 - 17:00 Uhr <b>Liebscher &amp; Bracht Bewegungstherapie</b> mit Barbara Rappensberger Preis: 35€ @arise</p> <p>■ 16:00 - 18:00 Uhr <b>Child Care</b> mit Evi @Jurte</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>5 Tibeter</b> mit Naomi @arise</p>	<p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>■ 9:00 - 16:00 Uhr <b>Geführte Wanderung</b> mit Heinrich</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>Yin Yoga</b> mit Michaela @arise</p>	<p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>Yin Yoga</b> mit Michaela @arise</p> <p>● 21:00 Uhr <b>Cinema Paradiso</b> „Il postino“ @Parkhotel Mondschein</p>	<p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>● 16:00 - 16:40 Uhr <b>Soundbath</b> Preis: 25€ @arise</p> <p>■ 16:00 - 18:00 Uhr <b>Child Care</b> mit Evi @Jurte</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>Yin Yoga</b> mit Michaela @arise</p> <p>● ab 21:00 Uhr <b>Piano Session</b> mit Nico Platter @Hotelbar</p>	<p>■ 7:30 - 9:30 Uhr <b>Wim Hof Methode</b> mit Felix Preis: 35€ @Glashaus</p> <p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @arise</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Pilates</b> mit Anna Preis: 18€ @arise</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>Evening Yoga Session</b> mit Lili @arise</p> <p>● 18:30 - 21:30 Uhr <b>DJ'n'Drinks</b> mit Dani Alessi @Parkhotel Mondschein</p>	<p>▲ 7:30 - 8:30 Uhr <b>Early Rise Yoga</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>▲ 8:45 - 9:45 Uhr <b>Joyful Weekend Session</b> mit Lili @Glashaus</p> <p>● 16:00 - 16:40 Uhr <b>Soundbath</b> Preis: 25€ @arise</p> <p>■ 16:00 Uhr <b>Arnica Ackerführung</b> mit Jean Paul</p> <p>▲ 17:45 - 18:45 Uhr <b>Soul FlowYoga</b> mit Lili @arise</p>	<p>■ 7:30 - 9:00 Uhr <b>Kneippen, Meditation &amp; Breathwork</b> mit Jean Paul Preis: 18€</p> <p>▲ 8:30 - 9:30 Uhr <b>Functional Fitness</b> mit Samantha @arise</p> <p>■ 9:00 - 16:00 Uhr <b>Geführte Wanderung</b> mit Heinrich</p> <p>▲ 16:00 - 17:00 Uhr <b>Nervous System Reset: Relax and Unwind</b> Preis: 18€ @arise</p> <p>● 19:00 Uhr <b>Poolhouse Grill</b> Preis: 75€ exkl. Getränke @Villa Arnica</p>