

31.12.2025

- 08:45 Uhr Yoga – „Magic FRITZ-Flow“
ca. 60 Minuten
- 13:45 Uhr Eukalyptus Peeling im
Dampfbad
- 14:30 Uhr Saunaaufguss „Reinigungsritual“
(mit Weihrauch & Kräutern)
- 18:00 Uhr Sekt-Empfang in der Lobby.
Festliches Silvester-Gala-Dinner.
Die Band Ambience spielt an
diesem besonderen Abend
mal als Duo, Trio oder als
komplette Band. Fotobox.
- 00:05 Uhr Großes Profi-Musik-Feuerwerk
- 00:15 Uhr Mitternachtsbuffet

01.01.2026

- 08:00 Uhr Katerfrühstück bis 12:00 Uhr
- 11:00 Uhr YIN Yoga – „Ankommen,
Atmen und Sein“ ca. 45 Min.
- 16:30 Uhr Saunaaufguss „Spirit Flow“
(Räucherreinigungritual,
ätherische Öle &
Schamanische Trommel)
- 17:30 Uhr Saunaaufguss
„Welcome to 2026“
Prosecco aufguss

02.01.2026

- 08:30 Uhr Ganzkörperworkout –
„Fit ins Jahr starten“ ca. 45 Min.
- 09:30 Uhr Stretch & Relax –
„Flexibel und entspannt im
neuen Jahr“ ca. 30 Min.
- 17:00 Uhr Saunaaufguss – „Meditation“
Klangschalenaufguss
- 18:00 Uhr Saunaaufguss –
„Überraschungsaufguss“

Evtl. kann es zu Änderungen im Programm kommen.



*Wir wünschen Ihnen
eine besinnliche Weihnachtszeit
und alles Gute für 2026*

*Festtags-
Programm
2025/2026*

23.12.2025

16:30 Uhr Lavendel-Salzpeeling
im Dampfbad
17:00 Uhr Glühgin-Empfang in der Lobby.
Danach gehts zum Abend-
dinner bei Kerzenlicht.

24.12.2025

09:00 Uhr Workout mit
Schlußentspannung
12:30 Uhr Reise durch die Jahreszeiten -
Atemmeditation im Liegen
ca. 30 Minuten
16:00 Uhr Sekt-Empfang und
Begrüßung in der Lobby.
Ansprache durch
Steffen Schillinger.
Wir singen gemeinsam
Weihnachtslieder mit
Herbert Schillinger am Klavier.
Die Weihnachtsgeschichte nach
dem Lukas-Evangelium wird
von Ingeborg Heinzelmann-
Schillinger erzählt. Danach
kommt der Weihnachtsmann
und es gibt Bescherung unter
dem Weihnachtsbaum.
Anschließend laden wir Sie
ein zum Gala-Menü.

25.12.2025**Das Frühstück geht heute nur bis 10 Uhr**

09:00 Uhr Morning Balance ca. 30 Min.
12:00 Uhr Aquagym - Spaß und
Bewegung für Jedermann
Treffpunkt Poo

26.12.2025**Das Frühstück geht heute nur bis 10 Uhr**

09:00 Uhr Yoga „happy heart and healthy
back“ ca. 45 Min.
13:00 Uhr Atemmeditation im Liegen
„Energieurlaub“ in der
Liegewiese ca. 30 Min.
16:00 Uhr Fackelwanderung zum traditio-
nellen Wald-Weihnachtsgottes-
dienst mit Posaunenchor.

27.12.2025

08:30 Uhr Bauch, Beine, Po - Bye bye
Plätzchen, Lebkuchen und Co
ca. 30 Min.
14:30 Uhr Saunaaufguss „Kräuterwiese“
(ätherisches Öl & Kräutersud)
15:30 Uhr Saunaaufguss „Fritz-Spezial“
16:30 Uhr Whisk(e)y-Probe im Weinkeller
mit kleinen Knabbereien
(max. 8 Personen -
30,- Euro pro Person)
Anmeldung erforderlich
19:00 Uhr Piano-Abend mit
Herbert Schillinger

28.12.2025

08:30 Uhr Yoga „Easy Morning“ ca. 45 Min.
17:00 Uhr Glühgin-Empfang in der Lobby.
Danach gehts zum
Abenddinner bei Kerzenlicht.
20:30 Uhr Zauberkünstler Andreas
Galsterer wird uns an diesem
Abend mit seiner Kunst
„verzaubern“. In der Lobby und
an der Bar sorgt er mit feinem
Humor und überraschenden
Momenten für staunende Blicke
- und für ein Lächeln,
das garantiert nachhallt.

29.12.2025

09:00 Uhr Stretch & Relax - „Entspannt
und mobilisiert in den Tag
starten“ ca. 30 Min.
13:45 Uhr Lavendelpeeling im Dampfbad
14:30 Uhr Saunaaufguss „Birkenhain“
(ätherisches Öl & Birkensud)
15:30 Uhr Saunaaufguss „Sunny Vibes“
(Stimmungsräucherung)
16:30 Uhr Saunaaufguss „Alpenkräuter“
(ätherisches Öl & Kräutersud)
16:30 Uhr Wein-Probe im Weinkeller
mit kleinen Knabbereien
(Max. 8 Personen -
28,- Euro pro Person)
Anmeldung erforderlich
19:30 Uhr Tilo Lutz am Klavier und
Eugen Heinrich an der Gitarre
Cover-Musik mit ganz viel Herz

30.12.2025

08:30 Uhr Yoga „Rise and Shine - sanft
belebend und aktivierend“
ca. 45 Min.
09:30 Uhr Black Roll Training ca. 30 Min.
14:30 Uhr Saunaaufguss „Eukalyptus Kick“
(ätherisches Öl &
Eukalyptussud)
15:30 Uhr Saunaaufguss „Samthaut“
(Salzpeeling mit Rose)
15:30 Uhr Lesung mit
Elmar Langenbacher
„Was die Großmutter noch
wusste“ - eine wunderbare
Zeitreise inkl. Kaffee und
Kuchen
16:30 Uhr Saunaaufguss „Abendruhe“
(ätherisches Öl & Lavendelsud)