

# BergSpa

## Bewegung & Entspannung

	ZEIT	KURS
MO	08.00 - 09.00	Rückenfit
	18.15 - 19.15	Körperkräftigung
	19.30 - 20.30	Körperkräftigung
DI	16.30 - 17.45	Yoga
	18.00 - 19.15	Yoga
MI	08.00 - 09.00	Rückenfit
	18.15 - 19.15	Körperkräftigung
	19.30 - 20.30	Körperkräftigung
DO	16.30 - 17.45	Yoga
	18.00 - 19.15	Yoga
	19.15 - 21.00	Raum durch externe Yogaschule belegt
FR	08.00 - 09.15	Yoga
	18.00 - 19.15	Candlelight Yoga
SA	08.00 - 09.15	Poweryoga
	16.30 - 17.30	Bewegung und Meditation
SO	08.00 - 09.15	Yoga
	09.30 - 10.45	Yoga
	16.30 - 17.30	Wochenausklang

### Wichtiger Hinweis

Wir bitten um Anmeldung bis am Vorabend um 19.00 Uhr.

Ausserhalb unseres Programmes, steht der Bewegungsraum zur freien Verfügung.



## BergSpa

### Öffnungszeiten

#### Réception WellCome

Täglich 10.00 bis 19.00 Uhr

#### Hamam und Saunen

Täglich 10.00 bis 20.00 Uhr

#### Familienbad mit Kinderplanschbecken 32°

Täglich 07.00 bis 21.00 Uhr

Keine Reservation notwendig

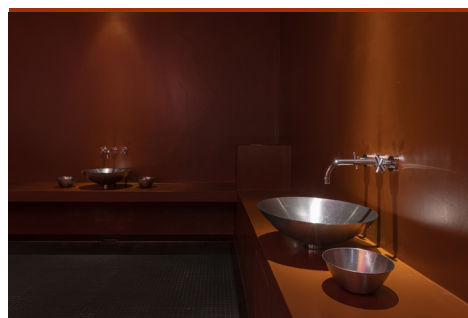
Kinder bis 10 Jahre nur in Begleitung der Eltern

#### Familiendampfbad 38°

Täglich ab 15.00 Uhr

#### Bäder Hotel Lenzerhorn ab 14 Jahren

Aussenbad 10.00 bis 20.00 Uhr



Wir bitten Sie, Ihren Wunschtermin für den Hamam und die Saunen im BergSpa/Hotel-Réception vorzureservieren. Die Besucherzahl im Hamam und den beiden Saunen ist beschränkt. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

**Das BergSpa-Team freut sich, Ihnen ZEIT schenken zu können!**

## Kinderclub Andalina



### Unsere Betreuungszeiten

Täglich 09.30 bis 21.00 Uhr

Danke, dass Sie Ihre Kinder telefonisch voranmelden (Tel. 3405). Dies erleichtert uns die Planung.

Auch spontane Besuche sind jederzeit herzlich willkommen.



#### Betreutes Kinder-Mittagessen

12.00 bis 13.00 Uhr (auf Voranmeldung)

#### Betreutes Kinder-Nachessen

18.00 bis 19.00 Uhr (auf Voranmeldung)

Wir bitten um **Voranmeldung bis 10.30 Uhr oder 16.30 Uhr** direkt im Kinderclub. Der Empfang findet im Kinderclub statt.

#### Movie-Time

Täglich 19.00 bis 21.00 Uhr

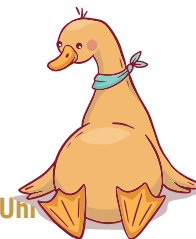


Samstag  
Sonntag  
Montag  
Dienstag  
Mittwoch  
Donnerstag  
Freitag  
Samstag



**Small Food**  
**Lilo & Stitch 2**  
**Horten hört ein Hu!**  
**Tarzan**  
**Turbo**  
**Jagdfieber 2**  
**Die Croods**  
**Toy Story**

## Kinderprogramm Andalina



### Kreative Vormittags-Aktivitäten

Täglich 10.00 bis 11.00 Uhr

Samstag **Schnee/Bäume färben**  
Sonntag **Silvester-Spiele**  
Montag **Kratzbilder**  
Dienstag **Pommelkärtli**  
Mittwoch **Sternschnuppen**  
Donnerstag **Rondellen**  
Freitag **Schneemenschen**  
Samstag **Bingo**  
**Kreative Abend-Aktivitäten**  
Täglich 19.00 bis 20.30 Uhr

Samstag **Bingo**  
Sonntag **Silvesterprogramm**  
Montag **Neujahrsmalen**  
Dienstag **Pinguine**  
Mittwoch **Kneten**  
Donnerstag **Kleistern**  
Freitag **Hand-Vogelkarten**  
Samstag **Beautyabend**

### Teen-Angebote

Unser Kindergarten-Team hat echt coole Tipps und Angebote für Teenies zusammengestellt. Bitte entnehmt diese gerne der Infotafel vom Kindergarten. Unser Réceptions-Team berät Euch zudem gerne persönlich.

Unser Teenie-Raum (vor dem Kindergarten) mit coolem Töggelikasten und Wii-Konsole steht bereit für Euch!

**Wir freuen uns auf alle Kinder ab 2 Jahren** (unter 2 Jahren nach Absprache mit unserem Team).  
**Regula, Livia und ihr Team**