#TERMECOMANO

COMANO ACTIVITY

25 OTTOBRE - 31 OTTOBRE

PACCHETTO COMANO SALUS € 56

Acqua termale da bere per tutta la durata del soggiorno, borraccia, un'attività fitness o natural wellness al giorno e due incontri formativi Comano Educational nel periodo.

SINGOLA LEZIONE
COMANO ACTIVITY € 10

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA DA EFFETTUARE PRESSO L'ACCOGLIENZA DEL CENTRO TERMALE.

IN CASO DI MALTEMPO LE ATTIVITA' SI SVOLGERANNO IN PALESTRA DEL CENTRO TERMALE

TERME DI COMANO

LUNEDÌ
10.00 Risveglio energetico
(Palestra Centro Termale)
15.30 Ginnastica posturale
(Palestra Centro Termale)

MARTEDÌ
10.00 Respiro con gli alberi
(Palestra Centro Termale)
16.00 Mobilità articolare
(Palestra Centro Termale)

MERCOLEDÌ
10:00 Ananda Yoga
(Palestra Centro Termale)
15:30 Ginnastica Funzionale
(Palestra Centro Termale)

GIOVEDÌ
10.00 Mindful walking
(Bar Laghetto)
15:00 Stretching
(Palestra Centro Termale)

VENERDÌ
10:00 Respiro e vitalità
(Palestra Centro Termale)
17:30 Abbraccio agli alberi
(Palestra Centro Termale)

SABATO
09:00 Risveglio energetico
(Palestra Centro Termale)
10:00 Mindful walking
(Palestra Centro Termale)

DOMENICA
09.00 Mindful walking
(Bar Laghetto)
10.00 Ananda Yoga
(Palestra Centro Termale)