

Ihr Ferienprogramm vom 01. Juni 2026 bis 07. Juni 2026

*Bitte tragen Sie sich bei dieser Aktivität in unser Aktivbuch bis um 17 Uhr am Vorabend an der Rezeption ein.

Montag, 01. Juni 2026

*08.15 – 09.00 Uhr	Alpen Morgenflow mit Anja im Gymnastikraum
*09.40 Uhr	<u>Externes Angebot</u> unsere Fitnesstrainer Anja begleitet Sie heute Leutascher Bergfrühlingstage mit Hans und Monika ÖKOSYSTEM FLUSS LEBENSRAUM IN BEWEGUNG (Treffpunkt vor dem Hotel)
*15.00 – 15.45 Uhr	Vital & beweglich – 60+ Aktivprogramm mit Anja im Gymnastikraum
*16.00 – 16.45 Uhr	Deep Stretch – wohltuend & entspannend mit Anja im Gymnastikraum
*17.00 – 17.30 Uhr	sanftes Alpen Abendyoga mit Anja im Gymnastikraum
16.00 Uhr	Früchtezauber Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Blüten- Harmony Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Im Kino: Luitasch do bin i dahoam (Dokumentation)
*18.00 Uhr	Weinseminar mit Hoteldirektor Sebastian Draxl & unserem Diplom-Sommelier Johannes im Weinkeller
21.00 Uhr	Im Kino: Alice im Wunderland

Dienstag, 02. Juni 2026

*08.30 – 09.00 Uhr	Aqua Vital gelenkschonend & belebend mit Anja im Hallenbad max. 10 Personen
*10.00 – 10.45 Uhr	Pilates Basic- starke Mitte & Gesunder Rücken mit Anja im Gymnastikraum
*10.00 – ca. 12.00 Uhr	Wanderung mit Andrea (Treffpunkt vor dem Hotel)
*11.00 – 11.30 Uhr	Stretch & Relax Express mit Anja im Gymnastikraum
*12.00 Uhr	Baustellenbesichtigung der Q-Lodge mit Hoteldirektor Sebastian Draxl (Treffpunkt Hoteleingang)
*14.15 – 14.45 Uhr	Sixpack meets Yoga mit Anja im Gymnastikraum
*15.00 – 15.45 Uhr	Vital & beweglich – 60+ Aktivprogramm mit Anja im Gymnastikraum
*16.00 – 17.15 Uhr	Regeneration Faszientraining mit Anja im Gymnastikraum max. 12 Pers.
16.00 Uhr	Natural Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Kraft des Waldes Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Im Kino: Die Planeten (Dokumentation)
18.00 Uhr	Peeling Aufguss in der Bauernsauna 80°C
21.00 Uhr	Tanzabend mit Andrea & Michael
21.00 Uhr	Im Kino: Honig im Kopf

Mittwoch, 03. Juni 2026

*08.30 – 09.30 Uhr	Stretch-Mobility meets Yoga Pilates mit Anja im Gymnastikraum
*09.45– 10.30 Uhr	Rücken Reloaded–beweglich & kraftvoll mit Anja im Gymnastikraum
*10.45 – 11.30 Uhr	Nacken & Schulter Reset Verspannungen lösen mit Anja im Gymnastikraum
*13.00 – 13.45 Uhr	Vital & beweglich – 60+ Aktivprogramm mit Anja im Gymnastikraum
*14.00 – 15.00 Uhr	Yin Yoga – tiefe Entspannung mit Anja im Gymnastikraum
14.00 – 15.00 Uhr	Unser Hoteldirektor Sebastian macht Kaiserschmarrn am Buffet
*16.00 – 16.30 Uhr	Auszeit & Muskelruhe mit Anja im Kaminzimmer (Saunabereich Wasserbetten)
17.00 Uhr	Im Kino: Luitasch do bin i dahoam (Dokumentation)
21.00 Uhr	Im Kino: Pulp Fiction

Donnerstag, 04. Juni 2026

*08.15 – 08.45 Uhr	Alpen Morgenflow mit Anja im Ruheraum beim Dampfbad max. 6 Personen
*09.45 – ca.13.30 Uhr	Genuss-E-Bike Tour mit Anja Gaistal ca. 25 km 320 hm Leichte Tour max. 6 Pers. (Treffpunkt vor dem Hotel)
*14.30 – 15.15 Uhr	Fit im Fitnessraum– Geräte sicher nutzen mit Anja im Fitnessraum
17.00 Uhr	<u>Externes Angebot</u> - Leutascher Bergfrühlingstage ABENDWANDERUNG DURCH DIE LEUTASCHER GEISTERKLAMM Treffpunkt: Parkplatz Geisterklamm (P19), Schanz
16.00 Uhr	La Dolce Vita Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Pure Minze mit Körpercreme Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Im Kino: Die Planeten (Dokumentation)
18.00 Uhr	Emotions Aufguss in der Bauernsauna 80°C
*21.00 Uhr	Fachweinprobe mit unserem Diplom-Sommelier Johannes in unserem Weinkeller (Unkostenbeitrag 22€ oder ab einem Kauf von 6 Flaschen pro Person kostenfrei)
21.00 Uhr	Tanzabend mit Siegfried & Kay
21.00 Uhr	Im Kino: Männer sind Schuld sagen die Frauen

Freitag, 05. Juni 2026

14.00 Uhr	<u>Externes Angebot</u> - Stallluft schnuppern! Erlebnis am Bio Alpakahof Muss selbstständig über die Homepage des TVB Seefeld gebucht werden
16.00 Uhr	Drei Länder Eck Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Durchatmen Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Im Kino: Luitasch do bin i dahoam (Dokumentation)
*17.30 – 18.30 Uhr	Alpen-Qigong mit Resilienz Expertin Nadine Rass - Outdoor (min. 5/max. 15 Personen) Treffpunkt Spa Rezeption in leichter bewegungsfreudiger Sportkleidung
18.00 Uhr	Wünsch dir was Aufguss in der Bauernsauna 80°C
*20.45 Uhr	Erholsamer Schlaf durch aktive Regeneration – Tipps für entspanntes Abschalten mit Nadine Rass in der Bibliothek
21.00 Uhr	Quellenhof – Spritz – BAR
21.00 Uhr	Pianoabend mit Herrn Zimmerling
21.00 Uhr	Im Kino: Midnight Sun

Samstag, 06. Juni 2026

*10.00 – ca. 12.00 Uhr	Wanderung mit Andrea (Treffpunkt vor dem Hotel)
10.00 Uhr	<u>Externes Angebot</u> - Leutascher Bergfrühlingstage GEMEINSAMER BERGFRÜHLINGSAUSKLANG Parkplatz Musikpavillon (P15), Weidach
*12.00 Uhr	Boulturnier mit Hoteldirektor Sebastian Draxl (Treffpunkt vor dem Hotel)
16.00 Uhr	Welcome Austria Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Kräuterbalance Aufguss in der Bauernsauna 80°C
17.00 Uhr	Im Kino: Luitasch do bin i dahoam (Dokumentation)
18.00 Uhr	„Pfiat enk“ Aufguss in der Bauernsauna 80°C
21.00 Uhr	Quellenhof – GIN – BAR
21.00 Uhr	Im Kino: John Wick

Sonntag, 07. Juni 2026

*08.15 – 09.00 Uhr	Alpen Morgenflow- mit Anja im Gymnastikraum
*09.45 – 10.30 Uhr	Stressfrei durch bewusst Atem & Achtsamkeit mit Anja im Gymnastikraum
*10.45 – 11.30 Uhr	Stretch-Mobility meets Yoga Pilates mit Anja im Gymnastikraum
*13.00 – 14.15 Uhr	Leutascher Genuss-Spaziergang mit Anja (Treffpunkt vor dem Hotel)
*15.00 – 15.45 Uhr	Vital & beweglich – 60+ Aktivprogramm mit Anja im Gymnastikraum
*16.00 – 16.45 Uhr	Regeneration Faszientraining mit Anja im Gymnastikraum max. 12 Pers.
*17.00 – 17.30 Uhr	Traumreise – loslassen & regenerieren mit Anja im Kaminzimmer (Saunabereich Wasserbetten)
17.00 Uhr	Im Kino: Die Planeten (Dokumentation)
18.00 Uhr	Begrüßung mit unseren Hoteldirektor Sebastian Draxl in der Hotelhalle
21.00 Uhr	Im Kino: West Side Story