



# Pilates Balance Flow

mit Dr. Viviane Danninger  
von 14.9. bis 21.9.2025

Entdecken Sie die transformative **Kraft von Pilates!** Der Kurs bietet eine ganzheitliche Methode zur Verbesserung von Flexibilität, Kraft und Körperbewusstsein. Pilates ist eine Trainingsmethode, die sich auf die Stärkung der Tiefenmuskulatur, Verbesserung der Flexibilität und Förderung der Körperhaltung konzentriert. Mit kontrollierten Übungen, die Kraft und Beweglichkeit vereinen, unterstützt PILATES BALANCE nicht nur Ihre körperliche Fitness, sondern fördert auch Ihr inneres Gleichgewicht. Ein effektives Training zur Kräftigung der Tiefenmuskulatur, Verbesserung der Flexibilität und Förderung des Wohlbefindens.

**Für alle geeignet:** Egal, ob Sie AnfängerIn sind oder regelmäßig Pilates praktizieren – die Kurse werden individuell auf Ihr Level abgestimmt.

## INKLUDIERTER LEISTUNGEN:

- 7 Nächtigungen inkl. der Genießer-Halbpension
- **Nutzen Sie unseren Aktionstermin: 7 Nächte zum Preis von 6**
- Wohnen im Komfort-Doppelzimmer „Mansarde“ zur Landseite
- Teilnahme an der täglichen Pilates-Einheit mit Dr. Viviane Danninger

**Pro Person ab Euro 780,00**

## Weitere Kategorien:

Komfort-Doppelzimmer „Mansarde“ zur Meerseite: **Euro 870,00**

Doppelzimmer zur Landseite: **Euro 900,00**

Doppelzimmer zur Meerseite: **Euro 1.020,00**

Superior-Doppelzimmer mit Balkon und Meerblick: **Euro 1.080,00**

Deluxe-Doppelzimmer mit Balkon und Meerblick: **Euro 1.230,00**

**Alle Packagepreise verstehen sich exklusive Ortstaxe.**