



3-daags Pilates weekend met Nannet

Badhotel Domburg ****, Domburg, Nederland

Dag van aankomst

Check in vanaf 15.00 uur. De kennismaking met Pilates docente Nannet die het gehele weekend aanwezig is, vindt plaats om 16.00 uur in de lobby van het hotel met aansluitend desgewenst een gezamenlijke strandwandeling van 45 minuten. Om 18.30 staat een tweegangen diner voor u klaar (het diner op vrijdagavond is inclusief het arrangement. Drinkjes dient u zelf af te rekenen). Om 21.00 uur is de eerste Relaxercise.

Pilates workshop

De dag begint (optioneel!) om 08.15 uur met een ochtend Rise & Shine stretch van een kwartier gevolgd door een Pilatesles van Nannet. Daarna kan uitgebreid genoten worden van het luxueuze ontbijtbuffet vanaf 09.30 uur.

De middag is ter vrije besteding. Uiteraard leent de plek zich ook goed om te relaxen: bij de openhaard met een goed boek of tijdens een saunabezoek in het wellness center, waar u diverse behandelingen kunt boeken. Wij raden u aan behandelingen van tevoren te reserveren, om teleurstellingen te voorkomen. Om 17.00 uur volgt een Pilatesles op muziek. Door het ritme en tempo voelen de oefeningen weer heel anders aan dan zonder de muzikale ondersteuning. Diner is deze avond niet inclusief, u kunt in het restaurant van het hotel eten of eventueel in een restaurant buitenshuis

Kuurprogramma en vertrek

De dag begint om 08.15 uur met een ochtend Rise & Shine Stretch met aansluitend een Pilates les die wederom duurt tot 09.30 uur. Daarna kunt u uitgebreid genieten van het luxueuze ontbijtbuffet. Uitchecken kan tot uiterlijk 12 uur.

Dit programma is onder voorbehoud van beschikbaarheid, wijzigingen en kennelijke vergissingen, hier kunnen geen rechten aan ontleend worden. De afbeeldingen zijn sfeerbeelden uit de regio of van de accommodaties waar u naar toe gaat reizen, hier kunnen geen rechten aan ontleend worden.