

PROGRAMMA SETTIMANALE ESCURSIONI E ATTIVITÀ / EXCURSION & ACTIVITY WEEKLY SCHEDULE

Escursioni Outdoor / Outdoor Excursions

LUNEDÌ / MONDAY 09.00 - 12.00	MARTEDÌ / TUESDAY 09.00 - 12.00	MERCOLEDÌ / WEDNESDAY 09.00 - 12.00	GIOVEDÌ / THURSDAY 09.00 - 12.00	VENERDÌ / FRIDAY 09.00 - 12.00	SABATO / SATURDAY 09.00 - 12.00	DOMENICA / SUNDAY 09.00 - 12.00
Escursione all'Eremo di San Martino Hike <i>to San Martino Hermit</i> — E-bike nella Val di Genova E-bike <i>through Val di Genova</i>	Camminata nella Val Rendena lungo il Sarca Walk <i>through the Rendena Valley along Sarca River</i> — E-bike fino a Tione lungo il Sarca E-bike <i>to Tione village along Sarca River</i>	Degustazione di prodotti locali Tasting <i>of local products</i> — E-bike nella Val Brenta E-bike <i>through Brenta Valley</i>	Camminata fino alle cascate Nardis Walk <i>to Nardis Waterfall</i> — E-bike nella Val di Genova E-bike <i>through Val di Genova</i>	Escursione all'eremo di San Martino Hike <i>to San Martino Hermit</i> — E-bike fino a Tione lungo il Sarca E-bike <i>to Tione village along Sarca River</i>	Camminata nella Val Rendena lungo il Sarca Walk <i>through the Rendena Valley along Sarca River</i> — E-bike nella Val Brenta E-bike <i>through Brenta Valley</i>	Foraging Foraging — Camminata fino alle cascate Nardis Walk <i>to Nardis Waterfall</i>

Accompagnate da guide locali. Per prenotare, contattare lo Staff Concierge al numero 802. / Headed by local guides. For info & reservations, please dial #802 to contact the Concierge Team.



Attività Fitness Lefay SPA / Lefay SPA Fitness Activity

	LUNEDÌ / MONDAY	MARTEDÌ / TUESDAY	MERCOLEDÌ / WEDNESDAY	GIOVEDÌ / THURSDAY	VENERDÌ / FRIDAY	SABATO / SATURDAY	DOMENICA / SUNDAY
09.00 - 10.00	Vertical Walk	Walk	Run	Vertical Walk	Run	Vertical Walk	Walk
11.00 - 11.30	Total Abdominal	Cardio-Boxe	Healthy Spine	Mobility	Pilates	Fit-Ball	Cardio-Boxe
16.00 - 16.30	Elastics	Pilates	Circuit Training	GAG	Yoga	Perception Walk	Stretching
17.00 - 17.30	Aufguss	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Aufguss	Aufguss	Aufguss
					Yoga	Yoga	
18.00 - 18.30	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching	Sauna Stretching
					Yoga	Yoga	

Effettuate con il Team Lefay SPA. Per prenotare o ricevere informazioni, contattare Lefay SPA al numero 870. Le attività possono subire variazioni. Carried out by the Lefay SPA Team. For info & reservations, please dial #870 to contact the Lefay SPA Team. Classes might change.