Ihre Basenfastenwoche im Kur- & Gesundheitshotel Schiffmann

Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	*07:30, 08:00 oder 8:30 Uhr Frühsport	*07:30, 08:00 oder 8:30 Uhr Frühsport	*07:30, 08:00 oder 8:30 Uhr Frühsport	*07:30, 08:00 oder 8:30 Uhr Frühsport	*07:30, 08:00 oder 8:30 Uhr Frühsport		
	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück	08:00 - 10:00 Uhr Frühstück
							Bis 11:00 Uhr Abreise
	#12:00 Uhr Ernährungsberatung in der Gruppe			#09:45 Uhr Ernährungsberatung in der Gruppe			
	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	12:30 - 14:00 Uhr Mittagsbuffet	
	ca.13:30 Uhr Leberwickel auf dem Zimmer	Leberwickel mit Wärmflasche (Selbst-Bereitung)	Leberwickel mit Wärmflasche (Selbst-Bereitung)	Leberwickel mit Wärmflasche (Selbst-Bereitung)	Leberwickel mit Wärmflasche (Selbst-Bereitung)	Leberwickel mit Wärmflasche (Selbst-Bereitung)	
15:00 - 17:00 Uhr Anreise/Check-In	15:00 - 16:30 Uhr Geführte Wanderung		14:30 - 16:00 Uhr Geführte Wanderung				
17:30 Uhr Begrüßung			*16:30 Uhr Kochkurs im Tagungsraum				
18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	18:30 Uhr Abendessen	
Abendruhe, auf Wunsch Glaubern		*19:30 oder 20:20 Abendprogramm siehe Aushang	*19:30 oder 20:20 Abendprogramm siehe Aushang	*19:30 oder 20:20 Abendprogramm siehe Aushang			

*Bitte tragen Sie sich für diesen Programmpunkt in die Liste ein, die an der Rezeption ausliegt. Änderungen vorbehalten.

#Bitte entnehmen Sie Ihre Uhrzeit aus dem grauen Anwendungsplan