

Programm TanzFlussStunden 23. bis 26. Oktober 2025



Donnerstag 23. Oktober

Ankunft und Zimmerbezug
Begrüssungsrunde mit kleinem Apéro
Einstimmung & Franklin Methode
Modern Dance mit YogaFlow
Gemeinsames Abendessen

ab 14:00 Taufers, Haltestelle St. Nikolaus
15:00 Hotel & SPA Tuberis
15:45-16:30 Gemeindesaal Taufers
16:35-17:45 Gemeindesaal Taufers
18:45 Restaurant Hotel & SPA Tuberis

Freitag 24. Oktober

Spaziergang in der Stille
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Modern Dance
YogaFlow
Zeit für Dich
Gemeinsames Abendessen
SchlafWohlYoga mit Meditation (fakultativ)

07:00 Treffpunkt Hoteleingang
08:30 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
10:15- 11:30 Gemeindesaal Taufers
11:45-12:45 Gemeindesaal Taufers
12:45-18:30 Wellness, lesen, erholen, sein
18:30 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
21:30-22:00 Gemeindesaal Taufers

Programm-
änderungen /
anpassungen
vorbehalten

Samstag 25. Oktober

SlowMorningFlow (fakultativ)
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Spaziergang im Val Müstair mit Naturbaden &
Tanzen (wetterabhängig)
Zurück ins Hotel mit Zeit für Dich
Gemeinsames Abendessen
SchlafWohlYoga mit Meditation (fakultativ)

07:00-08:00 Gemeindesaal Taufers
08:15 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
09:50 Treffpunkt Hoteleingang
10:03 Bus Richtung Tschiers, Rombach
Spaziergang mit Imbiss / Picknick
ca. 15:45-18:30 Wellness, lesen, sein
18:30 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
21:30-22:00 Gemeindesaal Taufers

Sonntag 26. Oktober

Spaziergang in der Stille (fakultativ)
Gemeinsames üppiges Frühstücksbuffet
Franklin Methode
Modern Dance & YogaFlow
Ausklang mit kleinem Präsent
Imbiss im Restaurant Tuberis (fakultativ)
und individuelle Heimreise

07:00 Treffpunkt Hoteleingang
08:30 Restaurant Hotel & SPA Tuberis
10:15-10:45 Gemeindesaal
10:50-12:15 Gemeindesaal / Draussen
12:15-12:30 Gemeindesaal / Draussen
12:45
13:03 / 14:03 / 15:03 Bus ab Taufers St.
Nikolaus

