

# DIE KUNST der Erneuerung

- Frühling Program  
in Villa Schindler  
Gardasee



**villa Schindler**

Wellness weeks

# Villa Schindler

## Ein einfacher Tag in Wellness Leben

07:30 - 09:30	Bright Beginnings Breakfast	Wellness Dinning Room VS
10:00 - 11:00	Yoga Practice	Lake Lawn
11:00 - 11:45	Living Life in Rhythm	Yoga Studio
12:30 - 14:00	In love with <i>Lunch</i>	Wellness Dinning Room
14:30 - 16:00	Forest Bathing Walk Experience	Depart from Reception
16:30 - 17:30	Relaxing Massage or Beauty Time	Massage Room
17:30 - 19:00	Introspection or Somatic Movement Time	Villa Schindler Spaces
19.00 - 20:30	Delightful Dinning	Wellness Dinning Room
Daily Group Gatherings (Morning and Evening Session)	Let's Talk About Wellness	Villa Schindler
22:00	Travels to Dreamland/Your Sleep Hygiene Ritual	Your Sleeping Room



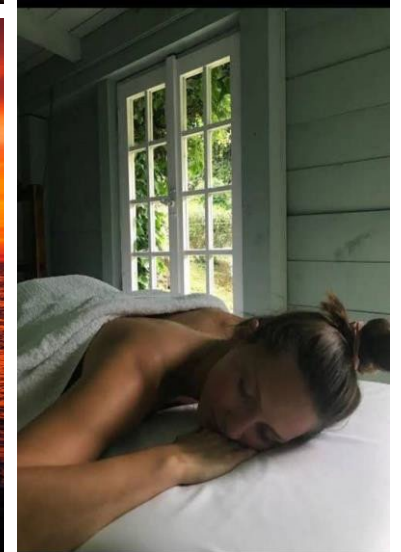
Wenn Ihr euch keine Zeit fuer  
eure Wohlbefinden nimmt,  
werdet Ihr gezwungen sein,  
euch Zeit fuer eure Krankheit  
zu nehmen.

**Nahrung als Medizin**



---

The Art of Living in  
Wellness  
Villa Schindler  
Lago di Garda



# Wellness ist ein Gefühl

Wir freuen uns, euch bei uns begrüßen zu  
dürfen