

WOCHENPROGRAMM / WEEKLY PROGRAM

Änderungen vorbehalten / subject to change

SCHWEIZERHOF^{****}FLIMS
ROMANTIK HOTEL SEIT 1903

MONTAG / MONDAY

17:00 – ca. 18:30 Uhr	Kinderkino: grosses Kino für unsere kleinen Gäste
21:00 – ca. 22:30 Uhr	Hotelkino: Filme des Regisseurs Daniel Schmid, Enkel der Hotelgründer, oder Filmklassiker
5:00 – 6:30 pm	Children's movie: Cinema for our younger guests
9:00 – 10:30 pm	Cinema: Movies by the director Daniel Schmid, grandson of the hotel founder, or either cinema classics (all movies will be played in German language)

DIENSTAG / TUESDAY

17:00 – 18:00 Uhr	*Pilates unter Anleitung einer diplomierten Trainerin
5:00 – 6:00 pm	*Pilates lesson with certified trainer

MITTWOCH / WEDNESDAY

09.30 – 10.30 Uhr	E-Bike Tour begleitet von einem Hotelmitarbeiter
18:30 – 21:00 Uhr	Kinderbetreuung ab 3 Jahre
9.30 – 10.30 am	E-Bike tour guided by a staff member
6:30 – 9:00 pm	Kids care upon age 3 years

DONNERSTAG / THURSDAY

10:00 – 11:00 Uhr	Nordic Walking Tour begleitet von einem Hotelmitarbeiter
10:00 – 11:00 am	Nordic Walking tour guided by a staff member

FREITAG / FRIDAY

07:30 – 08:30 Uhr	Shinrin Yoku: meditativer Morgenspaziergang durch den Flimserswald
18:00 – 18:30 Uhr	Hotelführung mit Hotelgeschichten erzählt von einem Mitglied der Familie Schmidt
18:00 Uhr	Apéro: Rotary Club Flims-Laax
18:30 – 19:00 Uhr	Gästeapéro: Familie Schmidt lädt ein zum zwanglosen „Willkommen“ ein
18:30 Uhr	Schweizerhof Grillgenuss mit reichhaltigem Vorspeisebuffet
7:30 – 7:30 am	“Shinrin Yoku”: meditative morning walk through the Flims forest
6:00 – 6:30 pm	Guided tour through the hotel and its history, told by a member of the Schmidt family
6:00 pm	Apéro: Rotary Club Flims-Laax
6:30 – 7:00 pm	Welcome drink: Schmidt family invites you to toast with a glass of local white wine
6:30 pm	Schweizerhof barbecue with a rich variety of delights from the buffet

SAMSTAG / SATURDAY

08:00 – 09:15 Uhr	Yoga: Mit neuer Energie ins Wochenende starten! Unter Anleitung einer dipl. Trainerin
08:00 – 09:15 am	Yoga: Start the weekend with revitalizing energy, lesson with certified trainer

SONNTAG / SUNDAY

08:00 – 09:00 Uhr	*Chi Gong: Energiearbeit – Yin & Yang ausgleichen – unter Anleitung einer dipl. Trainerin
15:30 – 16:30 Uhr	Tea Time: Geniessen Sie erlesenen Schwarztee aus dem Samowar und hausgemachte Leckereien in der Lobby, im Garten oder auf der Veranda
18:30 – 21:00 Uhr	Kinderbetreuung ab 3 Jahre
8:00 – 9:00 am	*Chi Gong: Energetic work – Yin & Yang balance – lesson with certified trainer
3:30 – 4:30 pm	Tea time: Enjoy selected black tea from the samovar and homemade sweet delights at our lobby, garden or veranda
6:30 – 9:00 pm	Kids care upon age 3 years

* Während den Yogawochen, vom 21. Juli – 9. August, finden diese Lektionen nicht statt.

* During the yoga weeks, from July 21st to August 9th, these lessons will not take place.