



Aqua Workout by Studio.12
im Spa at the Andaz

mittwochs 8.45 – 9.30 Uhr

The Spa at the Andaz

Das Luxus Lifestyle Hotel Andaz München Schwabinger Tor bietet im großzügig angelegten Spa auf 2 Etagen und 2.000 qm, sechs exklusive Behandlungsräume, in denen du dich mit lokal inspirierten Face Treatments, wohltuenden Massagen und entspannenden Körperitualen verwöhnen lassen kannst.

Der 17-Meter-Rooftop Pool ist ein echtes Highlight mit spektakulärer Aussicht über die Dächer Münchens. In wärmeren Monaten kannst du zudem schöne, erholsame Momente auf den Sonnendecks genießen.

Die verschiedenen Saunen und Dampfbäder bieten außergewöhnliche Entspannung und Erholung.

Im Cafe im Spa kannst du dich zudem mit einer Auswahl an Smoothies & Shakes oder gesunden Bowls verwöhnen lassen.



SPA AT THE AN *d* AZ MÜNCHEN SCHWABINGER TOR

Aqua Workout

Entdecke die einzigartigen Vorteile des besonderen Trainingskonzepts: Aqua Workout! Effektives Workout für den ganzen Körper im Wasser

Das Gefühl der Schwerelosigkeit im Wasser verleiht dem Aqua Training eine besondere Vielfalt und Abwechslung. Während die natürliche Widerstandskraft des Wassers deine Muskeln auf eine effektive Weise tonisiert und stärkt ohne Bänder und Sehnen zu belasten, kurbelt es gleichzeitig deinen Stoffwechsel an und verbessert Ausdauer und Kraft nachhaltig.

Das Wasser hat zudem eine intensive Massage-Wirkung, die Verspannungen löst, das Bindegewebe strafft und die Durchblutung des Körpers verbessert.

Das professionelle Studio.12 Team gestaltet im luxuriösen Spa at the Andaz über den Dächern von Schwabing abwechslungsreiche Aqua Workout Kurse, die für jedes Fitness Level geeignet sind. Melde dich an und freue dich auf die ultimative Fusion aus Spaß, Intensität und Wohlbefinden im Wasser.

Zum Sonderpreis von 25€ ist der Pool und der Spa für 2 Stunden exklusiv nutzbar als Teilnehmer des Aqua Workout Kurse.

Fotos Spa@Andaz München Schwabinger Tor
Fotos Sport@Studio.12



Studio.12 Trainer

Tanja Krodell und Anja Riesenberg sind international erfahrene Expertinnen und renommierte Trainerinnen mit mehr als 25 Jahren Unterrichtserfahrung.

Studio.12, ist DAS erste Barre Studio in Deutschland, und wurde von Tanja und Anja vor 12 Jahren in München gegründet. Sie lieben Bewegung, und deshalb haben sie exklusive Kurskonzepte in höchster Qualität und Effektivität entwickelt. Diese kannst du sowohl vor Ort in Gruppen- und Personaltrainings als auch online in der Workout App Studio.12 Moves erleben.



Preise

Einzelkarte 34€, 5er Karte 150€

buchbar über studio12-munich.com

Buchungen für das Day Spa

spa.munich@andaz.com

