

# Programme Recharge Days.

08.–13. & 15.–20.11.2026



## Dimanche

Arrivée & programme libre

## Lundi

09:00–11:00 **Aqua Gym & petit-déjeuner au champagne** | Leukerbad Therme  
12:00–15:00 Programme libre : déjeuner, baignade, sauna & wellness  
16:00–17:00 **Visite guidée du village**  
18:00–20:00 **Apéritif de bienvenue** | Hôtel Le Bristol  
Dès 20:00 Dîner individuel

## Mardi

08:00–10:00 Petit-déjeuner à l'hôtel  
10:00–11:00 **Cours de yoga**  
12:00–15:00 Programme libre : déjeuner, baignade, sauna & wellness  
15:00–17:00 **Aqua Relax Tai Chi** | Leukerbad Clinic  
18:00–20:00 **Conférence sur la santé**  
Dès 20:00 Dîner individuel

## Mercredi

08:00–10:00 Petit-déjeuner à l'hôtel  
10:00–11:00 **Cours de Pilates**  
12:00–15:00 Programme libre : déjeuner, baignade, sauna & wellness  
15:00–16:00 **Nordic Walking**  
17:00–19:00 **Conférence « Les graisses saines »** | Galerie St. Laurent  
Dès 20:00 **Soirée Aqua Mystica** | Leukerbad Therme

## Jeudi

08:00–10:00 Petit-déjeuner à l'hôtel  
10:00–12:00 **Randonnée guidée & observation de la faune**  
12:00–15:00 Programme libre : déjeuner, baignade, sauna & wellness  
15:00–17:00 **Lecture avec cérémonie du thé** | Galerie St. Laurent  
18:00–20:00 **Fabrication de fromage** | Ancienne fromagerie  
Dès 20:00 **Soirée fondue** | Restaurant Sternen

## Vendredi

08:00–11:00 Petit-déjeuner à l'hôtel & départ