

Aktiv-Wochenprogramm

08.06. - 14.06.2026



Tipp: Nehmen Sie Ihre Weissensee-Premium Karte für jeweilige Vergünstigungen mit

*Anmeldung bis 17.00 Uhr am Vortag an der Rezeption



Regitnig
INFO-App

Regitnig's Wochenprogramm

Montag, 08.06.

10.00-11.00 Uhr*: Crossfit & Calisthenics Workout
Outfit: sportliche Kleidung, Turnschuhe | Treffpunkt: Rezeption
Calisthenics und Crossfit verbessern Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer – für maximale Fitness in einer Einheit.

16.00 | 17.00 Uhr: Aufgüsse im SEE-Spa mit unseren Saunameistern

Dienstag, 09.06.

08.00-09.00 Uhr*: Morgen-Yoga mit Felicia
Für Anfänger & Geübte | Treffpunkt: Hotelrezeption | Outfit: sportliche/bequeme Kleidung | Yogamatten vorhanden | Mindestteilnehmer: 2 Personen
Bewegen Sie sich im Einklang mit Ihrem Atem & erfahren Sie die wohltuende Wirkung auf Körper, Geist & Seele.

16.00 | 17.00 Uhr: Aufgüsse im SEE-Spa mit unseren Saunameistern

Donnerstag, 11.06.

16.00 | 17.00 Uhr: Aufgüsse im SEE-Spa mit unseren Saunameistern

09.00-12.00 Uhr: Weissenseer Wochenmarkt
Kunsthandwerk und bäuerliche Produkte | Am Parkplatz hinter dem Weissensee Haus in Techendorf Süd

Freitag, 12.06.

10.00-11.00 Uhr*: Rücken- & Faszientraining
Outfit: sportliche Bekleidung | Treffpunkt: Rezeption
Faszientraining aktiviert das Bindegewebe und verbessert Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Wohlbefinden | Schwingende und dehnende Übungen helfen, Beschwerden zu reduzieren und ergänzen klassisches Krafttraining ideal.

16.00 | 17.00 Uhr: Aufgüsse im SEE-Spa mit unseren Saunameistern

Sonntag, 14.06.

16.00-17.00 Uhr*: Abend-Yoga mit Felicia | Treffpunkt: Rezeption
Outfit: sportliche Kleidung, Handtuch, Yogamatte vorhanden

Bewegen Sie sich im Einklang mit Ihrem Atem & erfahren Sie die wohltuende Wirkung auf Körper, Geist & Seele.

16.00 | 17.00 Uhr: Aufgüsse im SEE-Spa mit unseren Saunameistern



Wir stellen vor: Fit mit Wolfgang*

Bewegung ist meine Leidenschaft – und genau diese Begeisterung möchte ich mit Ihnen teilen. Im Regitnig leite ich Kurse für Faszientraining und einen gesunden Rücken sowie abwechslungsreiche CrossFit- und Calisthenics-Workouts.

Egal, ob Sie sich auspowern, Ihre Beweglichkeit verbessern oder einfach aktiv in den Tag starten möchten – bei mir sind Sie genau richtig. Gemeinsam trainieren wir mit Spaß, Motivation und dem guten Gefühl, etwas für Körper und Gesundheit zu tun.

Ich freue mich auf euch - euer Wolfgang



Veranstaltungstipps aus der Region - 13.06.2026

Das TrailRUN- Ungetüm am weissensee

Am 13. Juni 2026 kämpfen sich die Teilnehmer des „Weissensee Ungetüm“ über spektakuläre Trails und Gipfel rund um den Weissensee. Seien Sie dabei, feuern Sie die Athletinnen und Athleten an und genießen Sie die besondere Atmosphäre dieses einzigartigen Sportevents!

Es gibt zwei Bewerbe

- Ungetüm Trail: ca. 50 km und 3.400 Höhenmeter, Zeitlimit 14 Stunden.
- Easy Trail: ca. 20 km und 1.400 Höhenmeter, Zeitlimit 8 Stunden.

Start- und Zielbereich befinden sich in Techendorf am Weissensee.



Active weekly program

June 8th - June 14th, 2026



Tip: Take your Weissensee Premium Card for respective discounts with

*Registration until 5:00 PM the day before at reception



Regitnig INFO-App

Regitnig's weekly program

Monday, June 8th

10:00-11:00 AM*: CrossFit & Calisthenics Workout | Outfit: athletic clothing, sneakers | Meeting point: Reception
Calisthenics and CrossFit improve strength, coordination, flexibility and endurance – for maximum fitness in one session.

4:00 PM | 5:00 PM: Sauna infusions in the SEE-Spa with our sauna masters

Tuesday, June 9th

8:00-9:00 AM*: Morning Yoga with Felicia | For beginners & experienced practitioners | Meeting point: Hotel reception | Attire: sporty/comfortable clothing | Yoga mats provided | Minimum participants: 2 people
Move in harmony with your breath and experience the beneficial effects on body, mind & soul.

4:00 PM | 5:00 PM: Sauna infusions in the SEE-Spa with our sauna masters

Thursday, June 11th

4:00 PM | 5:00 PM: Sauna infusions in the SEE-Spa with our sauna masters

9:00 AM - 12:00 PM: Weissensee Weekly Market - Arts and Crafts and Farm Products | At the parking lot behind the Weissensee House in Techendorf South

Friday, June 12th

10:00-11:00 AM*: Back & Fascia Training | Outfit: athletic clothing | Meeting point: reception
Fascia training activates connective tissue and improves mobility, body awareness and well-being | Swinging and stretching exercises help reduce discomfort and ideally complement classic strength training.

4:00 PM | 5:00 PM: Sauna infusions in the SEE-Spa with our sauna masters

Sunday, June 14th

4:00-5:00 PM*: Evening yoga with Felicia | Meeting point: Reception | Outfit: athletic clothing, towel, yoga mat provided
Move in harmony with your breath and experience the beneficial effects on body, mind & soul.

4:00 PM | 5:00 PM: Sauna infusions in the SEE-Spa with our sauna masters



Introducing: Fit with Wolfgang*

Movement is my passion – and I want to share this enthusiasm with you. At Regitnig, I lead courses in fascia training and back health, as well as varied CrossFit and calisthenics workouts.

Whether you want to work out, improve your flexibility, or simply start your day actively – you've come to the right place. Together, we'll train with fun, motivation, and the good feeling of doing something for your body and health.

I'm looking forward to seeing you all - yours, Wolfgang



Event tips from the region - June 13, 2026: The TrailRUN behemoth at Lake Weissensee

On June 13, 2026, participants in the "Weissensee Ungetüm" will battle their way across spectacular trails and peaks around Lake Weissensee. Be there, cheer on the athletes, and enjoy the special atmosphere of this unique sporting event!

There are two competitions

Ungetüm Trail: approx. 50 km and 3,400 meters of elevation gain, time limit 14 hours.

Easy Trail: approx. 20 km and 1,400 meters of elevation gain, time limit 8 hours.

The start and finish area are located in Techendorf on Lake Weissensee.

