



SLOW DOWN

TRAVEMÜNDE

Genussmomente & Tipps



Programm
Mai bis Juni
2023



Activities

Unser Programm im BayCenter



BAY CENTER

SPASS UND KULTUR

Yoga

Nimm Dir Zeit für Dich!

Ob Einsteiger oder erfahrener Yogaschüler, Yoga eignet sich für jedes Alter, unabhängig von der körperlichen Fitness. Die Mobilität des Körpers wird gefördert und das Immunsystem gestärkt. Gewinne Kraft und innere Ruhe für mehr Wohlbefinden und Lebensfreude.

Montag: 17:30 bis 18:45 Uhr

Dienstag: 08:00 bis 09:15 Uhr

Ca. 75 Minuten: 19,00 €



Meditation

„Um die Seele in all ihrer Pracht zu erfahren, müssen die Gedanken manchmal schweigen.“

Du wirst angeleitet und lernst verschiedene Meditations-techniken kennen, die Dich für Deinen Alltag stärken. Jeder ist willkommen, es sind keine Vorkenntnisse notwendig.

Dienstag: 09:30 bis 10:00 Uhr

Ca. 30 Minuten 10,00 €



Pranawalk/ Gehmeditation am Strand

Verbunden-Sein mit Deinem Atem
und der Natur

Stärke Dein Immunsystem mit kraftvollen Atemübungen,
Gehmeditationen und Achtsamkeitsübungen!

Mittwoch: 09:00 bis 09:30 Uhr

Ca. 30 Minuten 10,00 €

**Anmeldungen am Vortag bis 18:00 Uhr erbeten im
Baycenter unter Telefon: 04502 / 780 1400**

Termine gültig bis Ende Mai 2023.



BAYKERY

CAFÉ UND BÄCKER

Lecker von früh bis spät

Die BayKery bietet den ganzen Tag über eine herrlich duftende Auswahl: mehrmals täglich frische Brötchen, herzhafte Snacks sowie leckere und regionale Kuchenspezialitäten.



Frühstücksbuffet

Leckerer Aufschnitt, ein warmes Frühstücks- oder Rührei sowie eine Auswahl an exquisiten Salaten sorgen für einen grandiosen und gestärkten Start in den Tag. Dazu reichen wir köstliche Kaffeespezialitäten oder auch Prosecco.

- Reichhaltiges Frühstücksbuffet
- An den Wochentagen von 7:00 bis 11:00 Uhr
- Am Wochenende und an Feiertagen von 7:00 Uhr bis 11:30 Uhr
- **24,00 € pro Person**





BAYKERY

Süße Stunde

Gönn' Dir unser Kuchengedeck mit Kaffee, Tee oder Kakao in malerischer Kulisse am Wasser mit Deinen Liebsten und tauche ein in Ruhe und Entspannung. Lass' die süßen Köstlichkeiten auf der Zunge zergehen und mache es Dir gemütlich.

- Täglich von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr in der BayKery und in der KaminLounge
- 10,90 € pro Person
- 14,90 € für 2 Personen



TAPAS OLÉ

SPANISCHE MOMENTE

Tapas Reise in 12-Gängen

Erlebt die Vielseitigkeit der spanischen und nordischen Küche mit unserer Tapas Reise. In 12-Gängen servieren wir dabei mediterrane und maritime Leckerbissen mit den köstlichen Weinen unseres WeinBar-Teams.

- **Spanische Tapas:**
Di., Do., Sa. und So.:
Um 18:00 Uhr und 20:00 Uhr
- **Nordische Tapas:**
Mo., Mi., Fr.,
Um 18:00 Uhr und 20:00 Uhr



für 29,00 € pro Person



WEIN BAR

FASS UND FLASCHE

WeinBar

Teste die besten Weine feinsten Reben in unserer voll ausgestatteten Wein-Bar. Der perfekte Ort, um einen tollen Tag in der BeachBay entspannt ausklingen zu lassen

- **Wein, Bier, Cocktails,**
- **Softdrinks und mehr**
- **Täglich von 15:00 Uhr bis 0:00 Uhr**



KAMIN LOUNGE

WOHNZIMMER UND BAR

KaminLounge

Ist das noch eine Bar oder schon ein Wohnzimmer? Die Antwort: beides. Der großzügige Kamin macht die KaminLounge des SlowDown Hotels richtig gemütlich. Knisterndes Feuer und kühle Drinks lassen Dich am Ende des Tages entspannen.

- **Wohnzimmer und Bar**
- **Täglich 15:00 Uhr bis 0:00 Uhr**



Event-Tipps:

BayBand Live

Immer freitags, ab 19:00 Uhr

Macht Euch bereit für die legendäre BayBand mit Spaß und neuen Hits! Freitags ab 19.00 Uhr – Eintritt ist natürlich frei! Bei guten Wetter spielt die BayBand direkt von der Wasserbühne aus



Leticia - The Voice of Cuba

Pfingstsonntag, 28. Mai

Leticia kommt seit einem Jahr ins SlowDown. Ihre Karriere begann sie im Alter von 7 Jahren als Sängerin und erlangte in Kubas berühmter „Habana Libre“-Revue große Bekanntheit. Seit 1996 in Deutschland, begeistert sie mit vielseitigem Repertoire und erhielt für „The Rigga-Ding-Dong-Song“ ihre erste Goldene CD.





Klein, fein und exquisit

Location mit Ausblick für bis zu 35 Personen

Willkommen im ChampusHafen, wo Feinschmecker auf ihre Kosten kommen! Hier könnt Ihr die feinsten Champagner und Snacks genießen und dabei den atemberaubenden Blick auf die Passat, den Hafen und Travemünde bewundern. Reserviert jetzt Euren Tisch für einen romantischen Abend bei Kerzenschein zu zweit.

Unser charmantes Ambiente eignet sich auch hervorragend für private Feierlichkeiten wie Hochzeiten, Geburtstage oder besondere Anlässe im persönlichen Rahmen. Kommt vorbei und erlebt kulinarischen Genuss in idyllischer Umgebung.

Tisch-Reservierungen

unter der Telefonnummer: 04502 / 780 10 00

