ABLAUF
Frühlingsgefühle Yoga Retreat
Fr 3.5. - So 5.5.

FREITAG

ab 16:00	Ankommen
17:00	Kennenlernen + Green Smoothie Boost
18:00	YOGA und Mindfulness Praxis
20:00	Abendessen
21:00	Abendspaziergang + Stille

SAMSTAG

8:00	Breath Walk
8:45	YOGA + Stille
10:30	Brunch
	Mittagspause
14:00	Freiluftiges
15:30	Snack
16:00	Philosophie
17:00	YOGA
19:00	Abendessen
20:30	Freiluftiges, Feuer, Singen, Austausch
22:00	Abendspaziergang + Stille

SONNTAG

8:00	Breath Walk
8:45	YOGA + Stille
10:30	Brunch
11:30	Freiluftiges
	Mittagspause
14:30	Snack
15:00	Wir Raum-Praxis
16:00	YOGA + Stille
18:00	Abendessen
19:00	Abschluss

Bei schönem Wetter soll so viel wie möglich draußen stattfinden.
Kleinere Programm-Änderungen vorbehalten.