



Programm

FREITAG, 28.02.25

16.30 - 18.45 Willkommen & Check-In | Yin Yoga & Meditation

19.45 - 20.25 Food for Thought - Gemeinsamer Spaziergang in Stille

20.30 - 21.30 Meditation | Klären v. Fragen

~ BEGINN SCHWEIGEN ~

SAMSTAG, 01.03.25

8.00 - 8.45 Stille Meditation

10.45 - 12.45 Yoga

14.00 - 14.45 Meditation & Denimpuls

18.15 - 18.45 Stille Meditation

20.15 - 21.15 Meditation & Storytime

SONNTAG, 02.03.25

8.00 - 8.45 Stille Meditation

10 - 11 Gemeinsamer Spaziergang & Meditation

~ ENDE SCHWEIGEN ~

11.15 - 12.45 Vision Board & Abschlussrunde

13.00 - 14.00 Austausch & Gemeinschaft

ESSENSZEITEN: 08:45 FRÜHSTÜCK | 12:45 MITTAGESSEN | 18:45 ABENDESSEN

