

Sonntag, 29. April

Anreise ab 15.30 Uhr möglich
Die schöne Gegend lädt zu einem Spaziergang ein.

ca. 16.30 Uhr Yoga

ca. 18.45 Uhr Abendessen

danach

- Zeit zum Relaxen alleine oder mit den Anderen
 - nette Gespräche
 - Rausgehen
- SO WIE IHR WOLLT

Montag, 30. April

08.00 Uhr Yoga

09.00 Uhr Frühstück

ca. 10.30 Uhr Spaziergang

- unterwegs ein paar Übungen -

13.00 Uhr Mittagessen

danach

- zur freien Verfügung -
- 16.00 Uhr** Yoga (ca. 2 Stunden)
18.15 Uhr Abendessen

danach

- Zeit zum Relaxen alleine oder mit den Anderen
 - nette Gespräche
 - Rausgehen
- SO WIE IHR WOLLT

Dienstag, 1. Mai

08.00 Uhr Yoga

09.00 Uhr Frühstück

11.00 Uhr Yoga

13.00 Uhr Mittagessen

gemeinsamer Abschluss