

Ablauf des Yoga-Wochenendes

(Änderungen vorbehalten)

Freitag

ab 15.00 Uhr		Ankunft
16.00 Uhr		Kaffee+Tee + Kuchen
17.15 Uhr	bis 18.45Uhr	Yogastunde
19.00 Uhr		Abendessen
21.00 Uhr		Meditation

Samstag

07.30Uhr	bis 08.00 Uhr	Meditation
08.00Uhr	bis 09.30 Uhr	Yogastunde
09.30 Uhr		Frühstück
13.30 Uhr		Mittagessen
17.30 Uhr	bis 19.00Uhr	Yogastunde
19.00 Uhr		Abendessen
21.00 Uhr		Meditation

Sonntag

07.30Uhr	bis 08.00 Uhr	Meditation
08.00Uhr	bis 09.30 Uhr	Yogastunde
09.30 Uhr		Frühstück
13.30 Uhr		Mittagessen

Die Teilnahme an den Angeboten ist freiwillig. Es bleibt viel Zeit übrig, um die Gegend zu erkunden, baden zu gehen oder einfach mal nichts zu tun.