

DO
16.06.

	10:00	11:00	12:00	14:00	16:00	18:00	20:00	21:00	22:00
Vallegio Park					Yoga Einheit: Body-Mind-Therapy				
Kaisersaal							Vortrag: Bewegt. Bewusst. Belebt.		
Kaisersaal								Get-Together	



FR
17.06.

	07:00	08:00	09:00	10:00	11:00	12:00	14:00	16:00	17:30	18:45	19:00	20:00
Wanderung	Frühe Morgenwanderung inkl. Qi Gong Einheit											
Wanderung				Achtsame Wanderung								
Grander Schupf		Impulse & Yogaerwachen							Yoga Einheit: Yoga and Good Vibes		Get-Together	
Naturwerk-Kreativmanufaktur				Workshop: Drehen an der Scheibe			Workshop: Keramik bemalen					
Hotel Post							Workshop: Clean Eating					
Kaisersaal							Workshop: Burn Out Präventionsmaßnahmen					

SA
18.06.

	08:00	09:00	10:00	12:00	13:00	14:00	16:00	17:30	18:45	19:00	21:00
Wanderung		Qi Gong Tageswanderung									
Wanderung				Achtsame Wanderung							
Grander Schupf	Impulse & Yogaerwachen							Yoga mit Harfenklängen		Berge in Flammen	
Naturwerk-Kreativmanufaktur			Workshop: Drehen an der Scheibe			Workshop: Keramik bemalen					
Hotel Post						Workshop: Naturkosmetik					
Kaisersaal						Workshop: Burn Out Präventionsmaßnahmen					
Alte Gerberei										Filmvorführung: „The Happy Film“ mit Abendgestaltung	

SO
19.06.

	08:00	09:00	10:00	12:00	13:00	16:00	18:00	20:00	21:00
Vallegio Park	Morgenyoga im Park								
Wanderung	Achtsame Wanderung								
Hotel Post			Workshop: Stärke und Achtsamkeit						

