



# PROGRAMM

## Ganzheitliches Yoga 6. - 9.11.2025

### DONNERSTAG

AB 14 UHR  
ANREISE & CHECK-IN

15.40 - 16.00 UHR  
ANKOMMEN &  
KENNENLERNEN

16.00 - 17.30 UHR  
YOGA

18.00 - 19.00 UHR  
ABENDESSEN

### FREITAG

7.00 - 8.30 UHR  
YOGA

8.30 - 9.30 UHR  
FRÜHSTÜCK

12.00 - 13.00 UHR  
MITTAGESSEN

14.45 - 15.45 UHR  
CACAO CEREMONIE

16.00 - 17.30 UHR  
YOGA

18.00 - 19.00 UHR  
ABENDESSEN

### SAMSTAG

7.00 - 8.30 UHR  
YOGA

8.30 - 9.30 UHR  
FRÜHSTÜCK

12.00 - 13.00 UHR  
MITTAGESSEN

13.30 - 14.30 UHR  
NATURBADEN

17.30 - 18.30 UHR  
ABENDESSEN

19.30 - 21.00 UHR  
YOGA

### SONNTAG

7.00 - 8.30 UHR  
YOGA

8.30 - 9.30 UHR  
FRÜHSTÜCK

10.00 - 10.30 UHR  
KRAFTVOLLER START  
IN DEN TAG-RITUAL

12:00 UHR  
CHECK-OUT UND  
MITTAGESSEN

