

---

# WOCHENENDE YOGA & ATEMKRAFT

## 25. BIS 27. OKTOBER 2024

---

### FREITAG

AB 15.00	ANREISE
15.30-16.00	BEGRÜSSUNG
16.00-17.45	YOGA & ATEMKRAFT
18.00	ABENDESSEN

---

### SAMSTAG

7.15-8.00	ATEMKRAFT
8.15-9.00	FRÜHSTÜCK
9.30-12.15	YOGA & ATEMKRAFT
12.30-13.30	MITTAGESSEN
14.00	SPAZIERGANG/LEICHTE WANDERUNG/Z. FREIEN VERFÜGUNG
16.30-17.45	YOGA & ATEMKRAFT
18.00	ABENDESSEN

---

### SONNTAG

7.15-8.00	YOGA
8.15-9.00	FRÜHSTÜCK
9.00-9.45	PACKEN/CHECK-OUT
9.45-12.15	YOGA & ATEMKRAFT, ABSCHLUSS
12.30	MITTAGESSEN
ANSCHLIESSEND	ABREISE

