

Programm 16. - 18. Januar 2026 | a space to begin

Freitag, 16. Januar 2026

- 14.00h Welcome Circle | Journaling | Stretch & Begin
- 15.30h Zimmerbezug & free time
- 17.00h Balance & Strength
- 18.30h Abendessen
- ca. 20.30h Meditation | Soundbath

Samstag, 17. Januar 2026

- 08.00h Dynamic Flow
- 09.30h Brunch
- free time inkl. Mittagessen
- 13.00h Music Flow
- 15.00h free time
- 17.00h Stretch & Relax
- 18.30h Abendessen
- ca. 20.30h Meditation | Soundbath

Sonntag, 18. Januar 2026

- 07.30h "Surprise-Flow" und Closing Circle
- 10.00 Check-Out (**Zimmer müssen um 10.30h geräumt sein*)
- 10.30h Brunch | Mittagessen
- individuelle Abreise