

PROGRAMM "RELAXED & ALIVE"

Donnerstag



Ab 15.00 Uhr Check-in
im Hotel Urban Nature

17-18.00 Uhr Meditation
& Kennenlernen

18.30 Uhr Gemeinsames
Abendessen im Auntie
Clara und Welcome-
Drink

Freitag

8.30 Uhr Frühstück im
Auntie's Breaky

10-11.30 Uhr Stress-
Release-Bodywork

12-13.00 Uhr Beach-
Coaching

13-16.30 Uhr Freizeit

16.30-18.00 Uhr Yoga

Ab 18.00 Uhr Freizeit
(Abendessen/ Live-
Konzert im Hotel)

Samstag

8.30 Uhr Frühstück im
Auntie's Breaky

10-11.30 Uhr Ecstatic
Dance & Austausch

12-13.00 Uhr Beach-
Coaching

13-18.30 Uhr Freizeit

18.30 Gemeinsames
Abendessen im Auntie
Clara

20.30-21.30 Uhr Yoga &
Abschluss-Meditation

Sonntag

8.30 Uhr Frühstück im
Auntie's Breaky

bis 12.00 Uhr Check-out

