

## **Programm**

### **Freitag**

16 – 18 Uhr Begrüßung, Welcome Circle mit Meditation

18:00 – 19:00 Uhr Abendessen

19:30 – 21:00 Uhr Abundance Circle & Yin Yoga

### **Samstag**

08:00 – 09:00 Uhr Yoga & Meditation

09:00 – 10:00 Uhr Frühstück

10:30 – 12:00 Uhr Breathwork

12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen

14:30 – 17:00 Achtsamkeit in der Natur

17:00 – 18:00 Kakaozeremonie

18:00 – 19:00 Uhr Abendessen

19:00 – 21:30 Uhr CQM und Ecstatic Dance

### **Sonntag**

08:00 – 09:00 Uhr Yoga & Meditation

09:00 – 10:00 Uhr Frühstück

10:00 – 12:00 Uhr Abundance Circle

12:00 – 13:00 Uhr Mittagessen

13:00 – 14:00 Uhr Abschluss Zeremonie