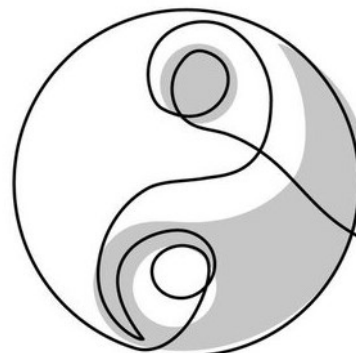


Upasthita



The Art of Presence

FREITAG

ab 16h	Anreise & Check-In
17h	Restorative Yin Yoga
18 ¹⁵ h	Abendessen

SAMSTAG

7h	Hatha / Vinyasa Yoga
8 ³⁰ h	Frühstück
10h	Meditation / Freies Programm
12h	Mittagessen
14h	Meditation / Freies Programm
17h	Yang to Yin Yoga
18 ¹⁵ h	Abendessen

SONNTAG

7h	Hatha / Vinyasa Yoga
8 ³⁰ h	Frühstück & Check-Out
10h	Meditation / Freies Programm
12h	Mittagessen
bis 17h	Abschied & Abreise