



MIND BODY MEDICINE - NACHHALTIGE SEBSTFÜHRUNG & FÜHRUNG MIT DEN INNER DEVELOPMENT GOALS MIT LUTZ HEMPEL

Tages- und Wochenplan

Zeit	Mittwoch, 30.10.2024	Donnerstag, 31.10.2024	Freitag, 1.11.2024	Samstag, 2.11.2024
ab 07:30 Uhr		individuelles Frühstück Zeit für sich (Yoga 8 - 9 Uhr)	individuelles Frühstück Zeit für sich Start 8:30 Uhr	individuelles Frühstück Zeit für sich (Yoga 8 - 9 Uhr)
09:30 - 12:15 Uhr		Vormittagssession	Vormittagssession	Vormittagssession
12:30 - 13:30 Uhr		gemeinsames Mittagessen Zeit für sich	gemeinsames Mittagessen Zeit für sich	Kursende 12 Uhr gemeinsames Mittagessen
14:15 - 15:00 Uhr		Einstieg Nachmittagsession	Einstieg Nachmittagsession	Check-Out bis 11 Uhr
15:00 - 17:00 Uhr		Nachmittagsession	Nachmittagsession	
17:00 - 19:30 Uhr	Ab 15 Uhr Check-In	Zeit für sich	Zeit für sich	
19:30 - 21:00 Uhr	Kursstart 18 Uhr Kennenlernen im Arvensaal	gemeinsames Abendessen		
nach 21:00 Uhr		Ausklang am Kamin im Atrium		

- Arvensaal
- Lounge
- Yogaraum
- Creative box

Lifeisbetterinthemountains

