



INNER DEVELOPMENT GOALS & NACHHALTIGE SELBSTFÜHRUNG MIT LUTZ HEMPEL

Tages- und Wochenplan

| Zeit | Donnerstag, 4.6.2026 | Freitag, 5.6.2026 | Samstag, 6.6.2026 |
|-------------------|---------------------------------------|--|--|
| 7:30 - 9 Uhr | | Individuelles Frühstück | Individuelles Frühstück optional: Yoga 8 - 9 Uhr Check-Out bis 11 Uhr |
| 9 - 12:30 Uhr | | Seminarstart & Vormittagssession | Vormittags- session |
| 12:30 - 13:30 Uhr | | gemeinsames Mittagessen oder individuelle Wanderung mit Picknick | gemeinsames Mittagessen oder individuelle Wanderung mit Picknick |
| 13:30 - 14 Uhr | | Zeit für sich | Zeit für sich |
| 14 - 16:45 Uhr | Check-In ab 15 Uhr & Zeit für sich | Nachmittagssession | Nachmittags- session Seminarende 16 Uhr |
| 17 - 19:30 Uhr | | Zeit für sich / optional: Meditation 17 - 17:45 Uhr | |
| 19:30 - 21 Uhr | Individuelles Abendessen | gemeinsames Abendessen | |

- Arvensaal / Restaurant
- Creative Box
- Yogaraum

Lifeisbetterinthemountains

