# Yoga weekend med Charlotte Fredriksson

Yoga

### När

19–21 november

### Pris

XX kr per person

### I paketet ingår

* Två övernattningar
* Två frukostar
* Två Luncher
* Två middagar
* Välkomstdrink
* Tre promenader
* En föreläsning
* En workshop
* Fem yogapass

Sammanfattande beskrivning av aktiviteten i en ingress

## Fredag:

15.00 – Ankomst, incheckning, kaffe och frukt.

16.00 – Intro och yoga

17.30 – Egentid

19.00 – Välkomstdrink i baren

19.30 – Middag

**Lördag:**

07.00 – Power walk

07.45 – Yoga

09.00 – Frukost

10.30 – Vandring runt Bysjön

12.30 – Lunch

14.00 – Föreläsning

16.00 – Yoga

17.30 – Egentid

19.00 – Middag

**Söndag:**

07.00 – Power walk

07.45 – Yoga

09.00 – Frukost och utcheckning

10.30 – Workshop

11.30 – Yoga och avslutning

13.00 – Lunch

14.30 – Hemfärd

