



Hlistisk Yoga Weekend Flow

Mars månad när vi är som mest trötta, trots att ljuset sakta kommer tillbaka och våren är runt hörnet, kan vi behöva en extra boost, nystart och något att se fram emot för att ta oss igenom årets första kvartal. Vad är då bättre än att åka iväg en helg för att landa, släppa stress, reboosta och fylla på med ny kunskap och energi.

Fredag

14.00 Ankomst & incheckning. Kaffe, te och frukt serveras

15.00 Yoga

17.00 Egentid

19.00 Välkomstdrink

19.15 Middag

Lördag

07.00 Power walk

07.45 Yoga

09.30 Frukost

11.00 Vandring runt Bysjön

13.00 Lunch

14.00 Föreläsning och kaffe

16.00 Yoga

17.45 Egentid

19.15 Middag

Söndag

07.00 Power walk

07.45 Yoga

09.30 Frukost & utcheckning

11.00 Workshop, yoga och avslutning

13.30 Lunch

15.00 Hemfärd



När

Den 18-20 november 2022

Pris

5 250 kr per person del i dubbelrum i Nya flygeln

5 750 kr per person enkelrum i Nya flygeln

I paketet ingår

- Två övernattningar
- Två frukostar
- Två Luncher
- Två Middagar
- En Välkomstdrink
- Fem yogapass
- Två Power walks
- En föreläsning
- En workshop
- En vandring