

Lebenspflege – Ein Wochenende für gesundes & glückliches Leben

Sa

- 09:30 – 10:00 Ankunft & Willkommen
- 10:00 – 13:00 Workshop „Mehr Energie im Alltag“
- 13:00 – 14:30 Mittagessen, Check in, „Zeit für mich“
- 14:30 – 17:30 Workshop „Körperwahrnehmung“
- 19:00 Abendessen, „Zeit für mich“
- Ab 20:00 gemütliches beisammen sein, „Zeit für mich“,
offene Einheit (Entspannung, Fokusthema)

So

- 09:00 – 12:00 Workshop „Glück & Flow“
- 12:00 – 13:00 Mittagessen, „Zeit für mich“
- 13:00 – 16:00 Workshop „Positiv Denken & Fühlen“
- Ab 16:00 „Zeit für mich“, Abreise

*Der Wellnessbereich ist täglich bis 22 Uhr geöffnet und auch am Abreisetag
benutzbar.*

Pausenverpflegung während der Workshops inkludiert