

Programm im Okreblue Retreat Center in Paros vom 15. bis 22. Mai 2021

Samstag, 15. Mai 2021

individuelle Anreise / Check-in ist ab 15 Uhr möglich

19:00 Uhr Abendessen (Buffet)

anschliessend Opening Circle

Sonntag, 16. Mai 2021

7:30 Uhr bis 10:00 Uhr Kundalini Yoga

10:15 Uhr Brunch (Buffet)

anschliessend Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)

16:00 bis 18:00 Uhr Pranayama & Mantra

18:30 Uhr Abendessen (Buffet)

ca. 20 Uhr Meditation zum Sonnenuntergang am Strand

Montag, 17. Mai 2021

7:30 Uhr bis 10:00 Uhr Kundalini Yoga & Meditation

10:15 Uhr Brunch (Buffet)

anschliessend Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)

18:30 Uhr Abendessen (Buffet)

20:00 Uhr Filmvorführung „Station to Station“ von Doug Aitken

Dienstag, 18. Mai 2021

6:00 bis 8:30 Uhr Sadhana - frühes Morgenyoga zum Sonnenaufgang

9:00 Uhr Brunch (Buffet)

anschliessend Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)

15:30 bis 18:00 Uhr Workshop „Crossroads of Creativity, Intuition, Identity & Yoga“

18:30 Uhr Abendessen (Buffet)

Mittwoch, 19. Mai 2021

7:30 bis 10:00 Uhr Kundalini Yoga

10:15 Uhr Brunch (Buffet)

anschliessend Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)

16:00 bis 18:00 Uhr Kundalini Yoga & Satsang

18:30 Uhr Abendessen (Buffet)

ca. 20 Uhr Meditation zum Sonnenuntergang am Strand

Donnerstag, 20. Mai 2021

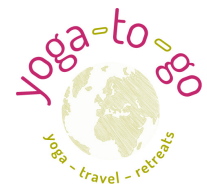
7:30 bis 10:00 Uhr Kundalini Yoga & Meditation

10:15 Uhr Brunch

anschliessend Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)

15:30 bis 18:00 Uhr kreativer Workshop Teil 1 (persönliches Vision-Board)

18:30 Uhr Abendessen (Buffet)



Freitag, 21. Mai 2021

6:00 bis 8:30 Uhr	Sadhana – frühes Morgenyoga zum Sonnenaufgang
9:00 Uhr	Brunch (Buffet)
12:00 bis 14:30 Uhr	kreativer Workshop Teil 2
anschliessend	Zeit zur freien Verfügung (Ausruhen, Massage, Strand, Ausflug etc.)
18:30 Uhr	Abendessen (Buffet)
20:00 Uhr	Abendmeditation, Mantra & Closing Circle

Samstag, 22. Mai 2021

ca. 8:00 Uhr	Brunch (Buffet)
individuelle Abreise / Check-out bis spätestens um 12:00 Uhr	

Alle Aktivitäten im Freien sind abhängig von den Wetterbedingungen.

Änderungen im Programm und Tagesablauf bleiben vorbehalten.