

MEDITATIEWEEKEND

20 & 21 MEI 2023

Thema: Even helemaal loslaten

OPGIET SAUNA

- 12.00 Hot & Cold *
- 13.00 Khumjung **
- 14.00 Horizon of Gold ***
- 15.00 Singing Bowls *
- 16.00 Starke Umarmungen **
- 17.00 Anti Stress ***
- 19.00 Evening Breeze *
- 20.00 Singing Bowls **
- 21.00 Opposite Heat ***

LAVENDEL SAUNA

- 12.00 Yoga Lite
- 13.30 Dosha Vata
- 14.30 Dosha Pitta
- 15.30 Dosha Kapha
- 16.00 Yoga Lite
- 19.00 Klanksessie
- 20.00 Chakra meditatie

BUITENHUYS STRAND

- 13.00 Klanksessie
- 14.30 Chakra meditatie
- 15.30 Klanksessie

BUITENHUYS KLANKRUIMTE

- 14.00 Klanksessie

(*) = mild (**) = mild en meditatief (***) = warm/heet

Meer informatie bij de receptie