



MEDITATIEWEEKEND

ZATERDAG 31 OKTOBER

Thema: Alchemy of Autumn

Een weekend om tot uzelf te komen en te verbinden met de natuur

Zoutsteensauna

- 12:00 Klankschaalsessie
- 13:30 Meditatiesessie Roos
- 16:00 Klankschaalsessie
- 17:30 Meditatiesessie
Lavendel-Honing

Schotse Hooglandersauna

- 11:30 Morning Awakening
- 12:30 Geurenreis Cold
& Hot wrap
- 14:00 Chakra
- 15:30 Menthol & Hot Ice
- 18:45 Mineral Refill

seizoensopgieting

Zwembad (saunaplein)

- 12:45 Swimming Bowls
- 18:30 Swimming Bowls

Honingsauna

- 14:30 Dosha Meditatie Vata
- 15:00 Dosha Meditatie Kapha
- 16:00 Dosha Meditatie Pitta

Wildobservatiesauna

- 17:30 Sounds & Scents
- 20:00 Intense in Silence

Meer informatie bij de receptie



MEDITATIEWEEKEND

ZONDAG 1 NOVEMBER

Thema: Alchemy of Autumn

Een weekend om tot uzelf te komen en te verbinden met de natuur

Zoutsteensauna

- 12:45 Klankschaalsessie
- 13:45 Meditatiesessie Roos
- 17:00 Klankschaalsessie

Zwembad (saunaplein)

- 12:00 Swimming Bowls
- 17:45 Swimming Bowls

Schotse Hooglandersauna

- 11:30 Morning Awakening
- 12:30 Geurenreis Cold & Hot wrap
- 14:00 Saunameesters keuze
- 15:15 Mineral Refill
seizoensopgieting
- 17:00 Saunameesters keuze
- 18:00 Back to Nature
- 19:00 Menthol & Hot Ice

Honingsauna

- 15:30 Dosha Meditatie Vata
- 16:00 Dosha Meditatie Kapha
- 16:30 Dosha Meditatie Pitta

Wildobservatiesauna

- 14:15 Chakra
- 15:45 Sounds & Scents
- 20:30 Intense in Silence

Meer informatie bij de receptie