

# MEDITATIEWEEKEND

30 & 31 MEI 2026

## Thema: Reis naar innerlijke balans



### Kelo sauna

- 11:30 Morning meditation
- 13:30 Energy boost
- 15:30 Geurenreis
- 17:00 Deep relaxtion
- 19:30 Evening breeze
- 21:00 Night fire



### Zoutwaterbad

- 11:30 Sound & Salt beleving
- 14:30 Sound & Salt beleving
- 17:00 Sound & Salt beleving
- 19:00 Sound & Salt beleving



### Filmsauna

- 11:00 Vata beleving
- 11:45 Pitta beleving
- 12:30 Kapha beleving
- 13:30 Sjamanistische meditatie
- 14:30 Klankschaalsessie
- 15:30 Sjamanistische meditatie
- 17:00 Klankschaalsessie
- 18:00 Sjamanistische meditatie

Meer informatie bij de receptie