

**Programma weekend Yoga retreat – maart 2024**

'Terug naar je eigen natuur'

Programma**Vrijdag 15 maart 2024**

Ontvangst koffie/thee en lekkers	11.00 - 12.00 uur
Lunch bij WOODZ	12.00 - 13.30 uur
Meditatie	13.30 - 14.00 uur
Yoga activiteit	14.00 - 15.30 uur
Eigen tijd, Hot tub en oprissen	15.30 – 17.30 uur
Diner bij WOODZ	17.30 – 19.00 uur
Yoga activiteit	20.00 – 21.30 uur

Zaterdag 16 maart 2024

Yoga activiteit	08.45 - 10.00 uur
Ontbijt bij WOODZ	10.00 - 11.00 uur
Verrassingsactiviteit	11.15 - 12.15 uur
Eigen tijd – lunchpakket ophalen	12.15 - 16.00 uur
Yoga activiteit	16.30 - 18.00 uur
Diner bij WOODZ	18.00 - 19.00 uur
Yoga activiteit	19.00 - 21.30 uur

Zondag 17 maart 2024

Yoga activiteit	09.00 - 09.30 uur
Ontbijt bij WOODZ	09.15 - 10.00 uur
Yoga activiteit	11.00 - 12.30 uur
Lunch en afsluiting bij Groepstent	12.30 - 14.30 uur
Eigen tijd	na 14.30 uur