



Purity & Clarity retreat

Program

Lørdag

15.00 - 15.30	Ankomst til Cal Reiet
16.00 - 16.45	Ankomstmøde ved Pool
17.00 - 18.30	Yin yoga med afslapning
19.00 - 20.30	Middag

Søndag

08.15-09.45	Energiforløsende yoga med afspænding
09.45-11.00	Brunch
11.30-14.30	Hiking og vandring
15.00-17.00	Relax-mulighed for at booke massage eller anden behandling
17.00-18.30	Yin yoga med afspænding
19.00-20.30	Middag

Mandag

08.15-09.45	Energiforløsende yoga med afspænding
09.45-11.00	Brunch
13.00-15.00	Chakrabalancering med æteriske olier fra doTERRA, krystaller og Reiki
14.00-17.00	Relax-mulighed for at booke massage eller anden behandling
17.00-18.30	Yin yoga med afspænding
19.00-20.30	Middag

Tirsdag

08.15-09.45	Energiforløsende yoga med afspænding
09.45-11.00	Brunch
11.00-16.00	Mulighed for besøg på det nærliggende marked i Santanyi
16.00-18.00	Workshop i halschakraet og kommunikation
19.00-20.30	Middag

Onsdag

08.15-09.45	Energiforløsende yoga med afspænding
09.45-10.45	Brunch
11.00	Check ud