



DAGSRETREAT I TYSTNAD
08:30 FRUKOST & INTRODUKTION
10:00 YINYOGA & HÖGLÄSNING
11:00 LÄKANDE SKRIVANDE
12:00 LUNCH
14:30 MEDITATION
15:30 FIKA
16:00 KREATIVITET & RÖRELSE
17:00 AVSLUTANDE RITUAL PÅ SPA
TILLVAL ÖVERNATTNING

DAG: LÖRDAG 9 MAJ

TID: 08:30-17:30

PLATS: COPPERHILL MOUNTAIN LODGE

SOFT ADVENTURES

mountain retreat