

RECHARGE & RECONNECT RETREAT

	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Montag
7.00							
8.00		8.00-9.15	8.00-9.15	ab 8.00		8.00-9.15	
9.00		Morning Yoga	Morning Yoga	Silent Yoga Walk	Sleep In	Morning Yoga	
10.00		ab 10.00	ab 10.00	ab 9.30	ab 10.00	ab 10.00	
11.00		Frühstück	Frühstück	Frühstück am Komos Beach	Frühstück	Frühstück	Frühstück & individuelle Abreise
12.00	Ankunft & Bezug der Villen						
13.00		ab 12.00	ab 12.00		ab 12.00		
14.00		1:1 Coachings	1:1 Coachings	Beach Day	1:1 Coachings		
15.00							
16.00							
17.00						17.00-18.30	
18.00	18.30-19.30 Welcome Circle & Group-Opening	17.30-18.45 Yin Yoga	17.30-18.45 Yin Flow	17.30-18.45 Yin Yoga	17.30-18.30 Yin Yoga	Closing Workshop	
19.00				ab 19.00	ab 18.30	ab 19.00	
20.00	20-21.30 Dinner @ Villa Psili	Dinner individuell	Dinner individuell	Pizza Abend @Villa Psili Pool	Optional: Koch-Workshop mit Bernie @Villa Barbara	Apéro & Pool Party @Villa Psili	
21.00	21.30-22.00 Kerzenmeditation @ Villa Psili						