

Übergreifend für alle/Plenum

Mahlzeiten

Rahmenprogramm

Kids

08:00

Mindful Morning Meditation
(Svenja Preß) Co-Working Outdoor

Mehr Gelassenheit mit Qi Gong
(Heike Hieronimi) Sonnendeck

Auspowern und Spaß haben
(Petra Becker-Horn) Blumenhaus

Morgenyoga: Bewegung und Stille
(Julia Meuser) Seminarraum

Wim Hof Breathwork & Soundjourney
(Jolin Hornbruch) Lounge

08:30

09:00

09:30

Frühstück Café

10:00

10:30

11:00

Ausblick: Wie können wir weitergehen?

11:30

Closing-Circle

12:00

Seminarraum

12:30

13:00

13:30

Mittagssnack vor Ort oder zum Mitnehmen & fliegende Abreise Café

14:00

14:30

15:00

Abreise der Teilnehmenden