



---

# YOGIONLINE

## RETREAT IM FINDHOF

11.08.23 BIS 13.08.23

### PROGRAMM

#### FREITAG

---

17 Uhr      Anreise- Zimmer beziehen

---

18:00 Uhr  
19:00 Uhr      Begrüßung, Yogaeinheit zum Ankommen

---

19:00 Uhr  
20:00 Uhr      ayurvedisches Abendessen

---

20:15 Uhr      Kennenlernrunde; kurzer Überblick fürs Wochenende  
21:40 Uhr      Klangbad mit Klangschalen

---

21:40 Uhr  
22:00 Uhr      Abschlussmeditation

---

#### SAMSTAG

---

7:00 Uhr      Tee und Obst in der Tee/Büffetküche

---

8:00 Uhr  
10:00 Uhr      Yoga und Meditation

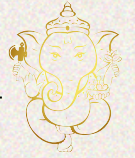
---

10:00 Uhr  
11:00 Uhr      ayurvedisches Frühstück

---

11:30 Uhr  
13:00 Uhr      Satsang: Thema: Kann man glücklich sein lernen? Raum für  
Austausch, Fragen, Gespräche

---



## PROGRAMM

### S A M S T A G

---

13:00 Uhr  
14:00 Uhr      ayurvedisches Mittagessen

---

15:00 Uhr  
17:30 Uhr      Wanderung

---

18:00 Uhr  
19:00 Uhr      ayurvedisches Abendessen

---

19:30 Uhr  
21:30 Uhr      Ananda Restorative Yoga und Klangbad

---

21:40 Uhr  
22:00 Uhr      Abschlussmeditation

---

### S O N N T A G

---

7:00 Uhr      Tee und Obst in der Tee/Büffetküche

---

8:00 Uhr  
10:00 Uhr      Yoga und Meditation

---

10:00 Uhr  
11:00 Uhr      ayurvedisches Frühstück

---

11:00 Uhr  
11:30 Uhr      Zimmer räumen

---

11:30 Uhr  
13.30 Uhr      Satsang: Thema: Freundschaften für mehr Glück! Raum Für Austausch, Fragen, Gespräche, Abschlussrunde

---

13:30 Uhr  
14:30 Uhr      ayurvedisches Mittagessen

---

14:30 Uhr  
15:00 Uhr      Heimreise

---

YOGIONLINE  
RETREAT FINDHOF  
11.08.23 BIS 13.08.23