

Zeitplan Freitag

15:00 - 16:00 Uhr | Anreise & Check-In im NOORD

16:00 Uhr | Get together | Wohnzimmer Haupthaus

16:30 - 18:00 Uhr | Breathe & Yoga Flow | Scheune

19:00 - 20:00 Uhr | Dinner im eten

Zeitplan Samstag

07:45 - 08:15 | Wake Up Gym | Outdoor

08:30 - 09:30 | Yoga | Scheune

09:30 - 11:30 | Frühstück im eten

11:30 - 12:30 | Yin Yoga | Scheune

12:30 - 13:30 | Workshop - Zurück in einen gesunden Schlaf finden | Scheune

13:30 - 16:30 | Freie Zeit für dich

16:30 - 17:30 | Electric Motion Breathe | Scheune

18:30 - 20:00 | Dinner im eten

Unser Tipp: Unser Wellbee hat bis 22 Uhr geöffnet.

Wie wäre es mit einer Runde Entspannung bevor du in dein Hotelbett hüpfst?

Zeitplan Sonntag

07:45 - 08:15 | Wake Up Gym | Scheune

08:30 - 09:30 | Breath & Yoga Flow | Scheune

09:30 - 11:00 | Frühstück im eten

11:00 | Check-Out

11:15 | Abschlussrunde | Wohnzimmer Haupthaus