



Landgoed de Wilmersberg****, De Lutte, Nederland

YOGARETREAT MET ELS

DAG VAN AANKOMST

- o 15:00 Check-in bij het hotel
- o 17:00 Welkom en kennismaking
- o 17:30 – 19:00 Yogaworkshop
- o 19:30 Diner met vegan opties (inclusief bij het programma)

ZATERDAG

- o 08:00 – 09:30 Mantra zingen met aansluitend yogaworkshop
- o 09:30 Ontbijt
- o 10:00 Vrije middag ter besteding
- o 17:00 – 18:30 Yogaworkshop
- o 19:00 Diner met vegan opties (inclusief bij het programma)

ZONDAG

- o 08:00 – 09:30 Mantra zingen met aansluitend yogaworkshop
- o 09:30 Ontbijt
- o 10:00 Vrije middag ter besteding
- o 17:00 – 18:30 Yogaworkshop
- o 19:00 Diner met vegan opties (optioneel in het hotel en niet inclusief bij het programma)

DAG VAN VERTREK

- o 08:30 – 10:00 Mantra zingen met aansluitend yogaworkshop
- o 10:00 Ontbijt
- o 12:00 Uitcheck

Het type yoga wat gegeven wordt hangt af van welke yogadocent(e) het weekend begeleidt. Echter zijn zowel beginners als gevorderden van harte welkom. Onze docenten bekijken het niveau van de deelnemers en zullen daarop inspelen.

Het programma is onder voorbehoud van beschikbaarheid, wijzigingen en kennelijke vergissingen, hier kunnen geen rechten aan ontleend worden.