



Longevity Cegonha Country Club****, Vilamoura, Portugal

RESET JEZELF EN SCHRIJF!

ZONDAG 15 SEPTEMBER

- o 09:00 Aankomst
- o 11:30 Kennismaking en programmaitleg
- o 13:00 Lunch (niet inclusief)
- o 14:00 Schrijfworkshop van Ineke
- o 15:30 'Eigen' schrijftijd
- o 17:00 Nanchi Pilates door Nannet
- o 18:30 Reset jezelf workshop van Nannet
- o 19:30 Diner

MAANDAG 16 SEPTEMBER TOT EN MET DONDERDAG 19 SEPTEMBER

- o 09:00 Een nieuwe dag meditatie & stretch
- o 09:45 Ontbijt
- o 11:30 Schrijfworkshop van Ineke
- o 13:00 Lunch (niet inclusief)
- o 14:00 Schrijftijd en individuele coaching van Ineke
- o 17:00 Nanchi pilates door Nannet
- o 18:30 Reset jezelf workshop
- o 19:30 Diner

VRIJDAG 20 SEPTEMBER

- o 09:00 Een nieuwe dag meditatie & stretch
- o 09:45 Ontbijt
- o 10:30 Afsluiting

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