



Boshotel Vlodrop****, Vlodrop, Nederland

3-DAAGS HORMOONWEEKEND

DAG VAN AANKOMST

- 15:00 Check-in bij het hotel
- 17:00 Welkom en kennismaking
- 17:30 – 19:00 Hormoonyoga
- 19:30 Diner

DAG TWEE

- 08:00 – 09:30 Hormoonyoga
- 09:30 Ontbijt
- 10:00 Vrije middag ter besteding
- 17:00 – 18:30 Restorative hormoon yoga
- 19:00 Diner ter eigen invulling

DAG VAN VERTREK

- 08:30 – 10:00 Hormoon yoga buiten in het bos (*alleen bij goed weer*)
- 10:00 Ontbijt
- 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.