



Badhotel Domburg****, Domburg, Nederland

NAJAAR CHAKRA YOGARETREAT

DAG VAN AANKOMST

- o 15:00 Check-in
- o 16:00 Welkom en kennismaking
- o 16:30 – 18:00 Stille wandeling
- o 18:30 Diner

DAG TWEE

- o 08:00 – 08:30 Zonnegroet gericht op het keelchakra zee
- o 08:30 – 09:30 Yoga workshop
- o 09:30 Ontbijt
- o 10:00 - 16:30 Vrije middag
- o 16:30 – 18:00 Yoga- & klankworkshop
- o 19:00 Diner ter eigen invulling

DAG VAN VERTREK

- o 08:00 – 08:30 Zonnegroet gericht op het keelchakra zee
- o 08:30 – 09:30 Yoga danceworkshop
- o 09:30 Ontbijt
- o 12:00 Check-out

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.