



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

---

# KERSTYOGAMIDWEEK MET SYLVIA

---

## DAG VAN AANKOMST

- o 14:00 Check-in bij het hotel
- o 15:00 Welkom en kennismaking
- o 15:30 – 17:00 Yogaworkshop
- o Diner op uw kamer (inclusief)

## ZONDAG

- o 08:00 – 09:30 Meditatieworkshop
- o 09:30 Ontbijt
- o 10:00 Vrije middag ter besteding
- o 15:30 – 17:00 Yogaworkshop
- o Diner op uw kamer (inclusief)

## MAANDAG

- o 08:00 – 09:30 Stilte wandeling
- o 09:30 Ontbijt
- o 10:00 Vrije middag ter besteding
- o 15:30 – 17:00 Yogaworkshop
- o Diner op uw kamer (niet inclusief)

## DAG VAN VERTREK

- o 08:00 – 09:30 Yogaworkshop
- o 09:30 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.