

Retriittiohjelma 24.4–29.4.2026

Perjantai

16-saapuminen
18- avauspiiri
hengitystyöpaja
19 päivällinen
20.30 jooga&medit.

Lauantai

8 aamuliike
9 aamupala
11 aamusessio
14 lounas
15 vapaa-aika/luonto
17 somaattinen workshop
19 päivällinen
20.30 piiri/integrointi

Sunnuntai

8 aamuliike
9 aamupala
11 äänen avaus workshop
14 lounas
15 vapaa-aika/luonto
17 iltasessio: ihmetekniikka
19 päivällinen
20 iltajooga & medit.

Maanantai

8 aamuliike
9 aamupala
11 workshop
14 lounas
15 vapaa-aika/kävely
18 kaakaoseremonia
19 ecstatic dance
20 päivällinen

Tiistai

8 aamuliike
9 aamupala
11 aamusessio
14 lounas
15 vapaa/luonto
17
19 päivällinen
20 "hammam"

Keskiviikko

8 aamuliike
9 aamupala
11 lopetuspiiri + luontokävely
14 lounas
lähtö

