

Wochenplan Just Be - Saison 2022
Angebote/Orte und Uhrzeiten können wechseln und/oder ergänzt werden



Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
An-/Abreise		08:15 - 09:30	08:15 - 09:30	08:15 - 09:30	08:15 - 09:30	08:15 - 09:30
		Yoga & Pranayama	Yoga	Yoga	Yoga & Pranayama	Yoga
	10:15 Willkommen & Infos anschließend Stille Walk zum Strand		Wanderung oder Ausflug			
	16:30 - 18:00		17:30 - 18:30		16:00 Abfahrt	17:00 - 18:00
	Ankommen: gentle Yoga		Klangreise, Tanz oder aktive Meditation		zubuchbarer Ausflug Korfu-Stadt Rückfahrt 22:00	Yoga & Mantra
19:00	18:30	18:30		17:30 Start		19:00
Welcome Dinner	gemeinsamer Griechischer Kochabend	Dinner Taverne am Strand		Fahrt Ausflug Sunset Dinner Afionas		MEZE-Abend

Das Yoga ist je nach Yoga-Lehrer*in unterschiedlich: z. B. Yin-Yoga, Hatha-Yoga, restorative Yoga und ist auf Tiefenentspannung ausgelegt.

Freie Nutzung der Kreativmaterialien (Speckstein, Stonepainting, freies Malen)