

RETREAT DAYS



Dienstag & Donnerstag

VitalOase
Vital Oasis

zebraherz



CHIEMSEE-KLANG

Zeit Time	Aktion & Kursleiter Ceremony & Instructor	Ort Location
13:30	Klangschalenzeremonie (Chiemsee-Klang)	Aureum Ruheraum
14:00	Pilates (zebraherz)	Lotus-Lounge Ruheraum
16:00	Body Toning (zebraherz)	Lotus-Lounge Ruheraum
17:30	Klangschalenzeremonie (Chiemsee-Klang)	Aureum Ruheraum

VitalTherme & Saunen
Vital & Sauna

Zeit Time	Aktion & Kursleiter Ceremony & Instructor	Ort Location
12:30	Aqua Klang (Chiemsee-Klang)	Meditationsbecken
13:00	Sauna Yoga (zebraherz)	Firmament-Warte (55°C)
14:30	Gong-Meditation (Chiemsee-Klang)	Alhambra Ruheraum
15:00	Yoga & Räuchern (zebraherz)	Avalon Raum der Stille
16:30	Shamanic Sound Ritual (Chiemsee-Klang)	Firmament-Warte (55°C)
18:30	Gong-Meditation (Chiemsee-Klang)	Alhambra Ruheraum



Entspannung mit Klang
Sound relaxation



Yoga & Bewegung
Yoga & movement

Kurzfristige Programmänderungen
jederzeit möglich.