



# RETREAT DAYS



**Dienstag & Donnerstag**



**VitalOase**  
Vital Oasis



16+

+8€

zebraherz



CHIEMSEE-KLANG

Zeit <small>Time</small>	Aktion & Kursleiter <small>Ceremony &amp; Instructor</small>	Ort <small>Location</small>
13:30	 Klangschaleneremonie (Chiemsee-Klang)	Aureum   Ruheraum
14:00	 Pilates (zebraherz)	Lotus-Lounge   Ruheraum
16:00	 Body Toning (zebraherz)	Lotus-Lounge   Ruheraum
17:30	 Klangschaleneremonie (Chiemsee-Klang)	Aureum   Ruheraum



**VitalTherme & Saunen**  
Vital & Sauna



16+

+15€

Zeit <small>Time</small>	Aktion & Kursleiter <small>Ceremony &amp; Instructor</small>	Ort <small>Location</small>
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	 Klangreise (Chiemsee-Klang)	Avalon   Raum der Stille
18:30	 Gong-Meditation (Chiemsee-Klang)	Alhambra   Ruheraum



Entspannung mit Klang  
Sound relaxation



Yoga & Bewegung  
Yoga & movement

Kurzfristige Programmänderungen  
jederzeit möglich.