

Programma Wellness weekend 25 tem 27 oktober

Vrijdag:

Ontvangst en verkenning van de kamer

Eten

Avondwandeling of ontspanning

Meditatie voor intenties te plaatsen en voor het slapen

Zaterdag:

Ontbijt

Yoga/meditatie

Vrije tijd: massage of individuele EFT sessie

Middag eten

groeps EFT sessie met de Feeling kit

Vrije tijd: massage of individuele EFT sessie

Avond eten

Meditatie/yoga voor het slapen gaan

Zondag:

Ontbijt

Groeps EFT sessie nog meer loslaten

Ontspanning: geen massage en eft mogelijk

Middag eten

Kamers opruimen en klaarmaken voor vertrek

