

PROGRAMM

"BASENFASTEN-WOCHE"



SONNTAG

- **Anreise ab 15 Uhr**
- 17:45 Uhr: Abendessen
- 18:15 Uhr: Begrüßung, **Einführungsvortrag**

MONTAG

- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 9:30 Uhr:
Wanderung optional
- 12 Uhr: Mittagessen
- 13:30 Uhr:
Wanderung optional
- 16 Uhr: Gemeinsames **Basenfußbad** mit Befindlichkeitsrunde
- 17:45 Uhr: Abendessen

DIENSTAG

- 7:45 Uhr: *Yoga optional*
- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 9 Uhr:
Befindlichkeitsrunde
- 12 Uhr: Mittagessen
- 17:45 Uhr: Abendessen

MITTWOCH

- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 12 Uhr: Mittagessen
- 13:30 Uhr:
Wanderung optional
- 17:45 Uhr: Abendessen

DONNERSTAG

- 7:45 Uhr: *Yoga optional*
- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 9 Uhr:
Befindlichkeitsrunde
- 12 Uhr: Mittagessen
- 17:45 Uhr: Abendessen

FREITAG

- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 9:30 Uhr:
Wanderung optional
- 12 Uhr: Mittagessen
- 16:30 Uhr: **Vortrag** & Zeit für Fragen
- 17:45 Uhr: Abendessen

SAMSTAG

- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- 12 Uhr: Mittagessen
- 17:45 Uhr: Abendessen

SONNTAG

- 8 - 9 Uhr: Frühstück
- **Abreise bis 11 Uhr**

