

„Ohne den Mut, die Küsten aus den Augen zu verlieren, werden keine neuen Welten entdeckt“ Andre Gide

Im Land der Entdecker, sich selbst auf die Spur kommen

Retreaturlaub mit Meditation und Biographiearbeit

Termin: Sa, 6.6. – Sa, 13.6.2020

1.Tag/ Samstag:	Anreise und Transfer nach Naturarte/ Alentejo/ Vincentina Küste 18: Uhr Abendessen - 20 Uhr Meditation
2. Tag/ Sonntag	8 Uhr: Morgenübungen/ Meditation /Frühstück 10 – 13 Uhr Workshop: Aufbruch: Wer bin ich- was nährt mich? 14 Uhr Ausflug 18 Uhr Abendessen/ 20:00 Meditation
3. Tag/ Montag	8 Uhr: Morgenübungen/ Meditation /Frühstück 10 – 13 Uhr Workshop: Leuchttürme, Stürme, Inseln - Kapitel meines Lebens Nachmittag zur freien Verfügung 18 Uhr Abendessen/ 20:00 Meditation
4.Tag/ Dienstag:	8 Uhr: Morgenübungen/ Meditation /Frühstück 10 – 13 Uhr Workshop: Rückenwind: Kontakt, Begegnung – Beziehung? Nachmittag zur freien Verfügung 19 Uhr Abendessen/ 20:00 Meditation
5.Tag/Mittwoch	8 Uhr Morgenmeditation/ Frühstück 10 – 13 Uhr Workshop: Orientierung: Mein Selbst, meine Werte, meine Kraft 14 Uhr Transfer nach Lissabon – freier Nahmittag/ Sight Seeing
6.Tag +7. Tag Donnerstag und Freitag	Lissabon: optionale Angebote buchbar Fado Abend an einem der Tage
8.Tag/ Samstag	Lissabon: optionale Angebote buchbar Flughafentransfer u. Abreise

Je nach Zusammensetzung und Wünschen der TeilnehmerInnen sind kleine Änderungen möglich.