

YOGA

BREATHE • MOVE • RESTORE

PROGRAM

PIATOK

15:00 – 16:00	Check-in
16:00 – 16:30	Spoločné privítanie (Skybar vo wellness)
17:00	Yoga (Yoga Place)
18:00	Večera
19:00 – 21:00	Wellness
21:00 – 22:00	Sound healing na vode (wellness)

SOBOTA

08:00 – 9:30	Ranná yoga a oddych
09:00	Raňajky
Voľný program – Výlet na Chopok / Ostredok / Wellness	
16:00 – 17:00	Workshop - Zdravý život - s Mudr. Dana Černochová
17:00 – 18:00	Meditácia a dych
18:00	Večera
	Čas na wellness
20:30	Živá hudba (Lobby bar)

NEDEĽA

08:00	Ranná yoga a meditácia
09:00	Raňajky

