

PROGRAMMA HERFST RETREAT



4 november t/m 8 november 2024

| | | |
|------------------|-----------------------|--|
| Maandag | 10.00 - 10:30 uur | Ontvangst en daarna naar de vuurtoren |
| | 11.00 uur | Wandeling 'ruimte maken voor jezelf' |
| | 12.30 uur | Lunch met uitzicht op zee |
| | 14.30 uur | Kennismaking |
| | 17.00 uur | Borrel |
| | 18.30 uur | Diner bij Nieuw Leven |
| Dinsdag | 08.00 uur | Yoga |
| | 09.00 uur | Ontbijt |
| | 10.00 uur | Opstellingen |
| | 13.00 uur | Lunch |
| | 14.00 uur | Opstellingen |
| | 17.00 uur | Tijd voor jezelf |
| | 18.30 uur | Diner bij Nieuw Leven |
| Woensdag | 08.00 uur | Yoga |
| | 09.00 uur | Ontbijt |
| | 10.00 uur | Opstellingen |
| | 13.00 uur | Lunch |
| | 14.00 uur | Opstellingen |
| | 15.00 uur | (stilte) Wandeling tussen Eb & Vloed o.l.v. een gids |
| | 17.00 uur | Tijd voor jezelf |
| 18.30 uur | Diner bij Nieuw Leven | |
| Donderdag | 08.00 uur | Yoga |
| | 09.00 uur | Ontbijt |
| | 10.00 uur | Opstellingen |
| | 13.00 uur | Lunch |
| | 14.00 uur | Opstellingen |
| | 17.00 uur | Tijd voor jezelf |
| | 18.30 uur | Diner bij Peek aan Zee, Den Burg |
| Vrijdag | 09.00 uur | Ontbijt |
| | 10.00 uur | Reflecties op de week en afsluiting |
| | 12.30 uur | Lunchpakket op locatie en afscheidsritueel 'De parel in jezelf' |
| | 15.00 uur | Einde, tijd voor jezelf |

Familieopstellingen Retreat Texel
'Vind je plek en laat het jezelf goed gaan'