



Boshotel Vlodrop****, Vlodrop, Nederland

RUST VOOR LICHAAM EN GEEST

DAG VAN AANKOMST

- o 15:00 Check-in bij het hotel
- o 17:00 Kennismaking en sap
- o 17:45 - 19:15 Yogales
- o 19:30 Soep
- o 20:30 Vegan broth (bouillon)

DAG TWEE

- o 08:00 – 09:30 Yoga/meditaties
- o 09:30 Sap
- o 10:00 – 11:30 Wandeling
- o 12:00 Sap en salade
- o 15:00 Sap
- o 17:00 Sap
- o 17:30 – 19:00 Yogales
- o 19:00 Soep
- o 20:30 Vegan broth (bouillon)

DAG VAN VERTREK

- o 08:30 – 10:00 Yoga in het bos
- o 10:00 Sap en voedingsworkshop
- o 12:00 Uitcheck en soep