



יום שישי



יום חמישי



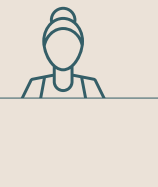
יום רביעי



יום שלישי



יום שני

מדיטציית בוקר ויניאסה 60 דק' 		מדיטציית בוקר ויניאסה 75 דק' 		מדיטציית בוקר ויניאסה 75 דק' 		מדיטציית בוקר ויניאסה 75 דק' 		
ארוחת בוקר		ארוחת בוקר		ארוחת בוקר		ארוחת בוקר מפנקת		מתחילים את הריטריט 
מעגל סיום ריטריט		סדנאת תזונה בראי היוגה				זמן מלון		
צ'ק אאוט וזמן חופשי				זמן חופשי ותרגולים מיוחדים במלון		נסיעה לטיול בכפר VOLAX		
כיבוד קל וחיבוקים לפני פרידה		סיור בכפרים ההרריים של האי TINOS				סיור בכפר VOLAX		
הסעה למעבורת				סדנא על החוף		ביקור ביקב		
		התארגנות ונסיעה למסעדה		סיור בעיר / נמל		סדנת כתיבה		קבלת חדרים במלון
		ארוחת ערב במסעדה		ארוחת ערב בטברנה		נסיעה חזרה למלון		טקס פתיחת ריטריט
		חזרה				ארוחת ערב במסעדה		ארוחת ערב בטברנה

