

Tagesablauf

- 5.00 Frühe Morgen Meditation (optional)
- 6.45 Yoga Stunde, Mantra Singen (Kiirtan), Meditation
- 8.30 Frühstück
- 9.45 Programm
- 12.00 Mantra Singen, Meditation
- 13.15 Mittagessen
- 14.45 Programm
- 16.15 Pause
- 17.00 Mantra Singen, Meditation
- 18.00 Yoga Stunde
- 19.00 Abendessen
- 20.00 Offenes Programm