

Πρόγραμμα εβδομαδιαίου Retreat Ευεξίας κι Εμπειριών στο Skiachtro Eco Farm

	<u>Πρωί</u> <u>(08.00~10.00)</u>	<u>Πρωί</u> <u>(10.30~13.30)</u>	<u>Μεσημέρι</u> <u>(14.00~15.00)</u>	<u>Απόγευμα</u> <u>(18.00~20.30)</u>	<u>Βράδυ</u> <u>(21.00~21.30)</u>
<u>Παρασκευή</u> <u>02/07/21</u>			Αφιξη στο αγρόκτημα	Γνωριμία ομάδας	Δείπνο
<u>Σάββατο</u> <u>03/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Σεμινάριο Ψυχολογίας Όνειρα κι αισθήσεις 1ο Μέρος	Γεύμα	Επίσκεψη ΚΕΠΠΑΖ-	Οινογνωσία Οινοποιείο Κτήμα Δερέσκου
<u>Κυριακή</u> <u>04/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Εργαστήρι Art Therapy Η τέχνη της μάνταλα	Γεύμα	Εργαστήρι Αφρικάνικου Χορού με συνοδεία κρουστών	Δείπνο
<u>Δευτέρα</u> <u>05/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Πεζοπορία Καταρράκτης Καλάμαρης	Γεύμα πικ νικ	Ελεύθερο πρόγραμμα	Δείπνο
<u>Τρίτη</u> <u>06/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Εργαστήρι Φυτικών Καλλυντικών	Γεύμα	Ποδηλασία στον Υδροβιότοπο της Γιάλοβας	Δείπνο
<u>Τετάρτη</u> <u>07/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Ημερήσια κρουαζιέρα με ιστιοφόρο	Γεύμα στο σκάφος	Επιστροφή από κρουαζιέρα	Δείπνο
<u>Πέμπτη</u> <u>08/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Εργαστήρι Τέχνη με θαλασσόξυλα κι ανακυκλώσιμα υλικά	Γεύμα	Σεμινάριο Ψυχολογίας Όνειρα κι αισθήσεις 2ο Μέρος	Δείπνο
<u>Παρασκευή</u> <u>09/07/21</u>	Γιόγκα - Πρωινό	Ελεύθερο πρόγραμμα	Αναχώρηση		