

FREDAG

15.00 Incheck öppnar
16.00 Info och välkomstprat om den holistiska revolutionen :)
16.30 Mjuk yoga/ yinyoga
18.00 Vedeldad Bastu vid sjön
19.00 Gemensam middag

LÖRDAG

07.30 Morgonpromenad eller jogg på egen hand för den som vill
8.00 Morgonyoga & meditation
9.00 Frukost
10.15 Promenad i skogen med inslag av yoga och meditation.

13.00 Lunchbreak

Egen tid: vila, läs, basta, paddla, sola, bada, använd gymmet eller gympasalen, gå en promenad, åk in till Järvsö by mm mm.

LÖRDAG

16.00 Holistic Revlution Class®
17.00 Yinyoga
17.45 Vedeldad bastu vid sjön
19.00 Bubbel i baren
19.30 Middag
21.30 Valfritt: kvällsmeditation

SÖNDAG

07.30 Morgonpromenad eller jogg för den som vill
08.00 Morgonyoga och meditation.
09.00 Frukost
10.00 Föreläsning
12.00 utcheckning & lunch

ALLTID PÅ CAMP JÄRVSÖ

- LÖPNING
- VANDRING
- OUTDOOR ARENA
- GYM
- MÄSTARBANA
- BOULEBANA
- 3D PILBÅGSBANA
- AKTIVITETSRUM
- KANOT, KAJAK & SUP

Allt detta och mer därtill, bara fantasin sätter gränser!



CAMP JÄRVSÖ