

Retreat i Stillhet, Skönhet och Enkelhet



på Mundkulla 17-20 nov 2016

Vi möts i helande tystnad, med möjlighet att delta i gudinneyoga, meditation, dans, delningscirkel och sång.

Ledare: Susanne Bilski, Mahima Lindroth och Ninna Kallin

Upplägg

Retreaten startar torsdag 17/11 kl 16, och slutar söndag 20/11 kl 14

Helgen är mobil- och datorfri.

Program *(Med reservation för ändringar)*

- 7.30-9.00 Morgonstund med yoga och meditation
- 9.00 frukost
- 13.00 lunch
- 16.00 Fika
- 16.30 Delning med möjlighet att lätta hjärtat
- 18.30 Kvällsmat
- 20.00 För sinnesfrid – en lugn stund tillsammans med levande musik
- Övrig tid tystnad

Anmälan

Anmälningsavgiften är 1000 kr vilket ingår i det totala priset. Avbokning kan göras fram till 14 dagar innan retreaten varpå erlagt belopp förutom anmälningsavgiften återbetalas. Därefter sker återbetalning vid uppvisande av läkarintyg. Anmälan och frågor tas emot på ninna@levnadsglad.se

Kostnad

Vid anmälan innan 1 oktober är Retreatkostnaden 2200:-

Vid anmälan efter 1 oktober är Retreatkostnaden 2500:-

Till detta tillkommer kostnad kost och logi (helpension)

Bra att veta

Maten är vegetarisk med vegansk inriktning och närande för kropp och själ. Alla hjälper till med kökssysslor en stund varje dag. Anmäl eventuella allergier och specialkost till oss i förväg. Alla deltagare anmäler sig i receptionen vid ankomst.

Mer info om ledarna och retreatet

<http://www.mundekulla.se/se/retreat/stillhet-enkelhet-32303050>