

Wochenangebot vom 8. bis 14. Januar 2018

Montag 8.

Dienstag 9.

Mittwoch 10.

Donnerstag 11.

Freitag 12.

Samstag 13.

Sonntag 14.

07:45 Uhr	Tageseinklang im Meditationsraum (3. Stock)						
ab 08:00	Frühstück						
09:30 bis 11:00 Uhr	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe im Atemraum (3. Stock)	Atemgruppe mit 16nerle CD und Gedankenhygiene von Margrith Schneider im Atemraum (3. Stock)
12:15 Uhr	Mittagessen						
14:00 Uhr			Ausflug				
14:30 bis 16:00 Uhr	offene Ateliers	begleitetes Malatelier und Einführung mit Rita Galliker		begleitetes Malatelier mit Rita Galliker	14:30 - 18:00 Uhr kunsttherapeutische Einzelstunden im Malatelier mit Rita Galliker	begleitetes Malatelier mit Rita Galliker	offene Ateliers
16:30 bis 18:00 Uhr		begleitetes Ton-, Holz und Steinatelier mit Rita Galliker		begleitetes Ton-, Holz und Steinatelier und Einführung mit Rita Galliker		begleitetes Ton-, Holz und Steinatelier mit Rita Galliker	Klangzeit mit Hansheiri Haas im Musikraum
18:15 Uhr	Abendessen						
20:00 Uhr		sich tanzend bewegen mit Erika Henkel im Saal		Singen mit Hansheiri Haas in der Bibliothek		Vorlesen mit Christoph Ammann in der Bibliothek	

Die Atemgruppe, geführte Meditation und kunsttherapeutische Einzelstunden sowie Yoga sind für Ferien- und Kursgäste nicht im Preis inbegriffen.