

הריפוי שבנוכחות

ל"ז הסופר

שישי 12.12

15:00 נחיתה רכה במרחב, פריסת נשנושים וצ'אי לבנדר

15:30 מעגל פתיחה והתכווננות לתחילת המסע

16:45 הפסקת התארגנות

17:15 תרגול ערב משחרר ומחמם

18:15 זמן חופשי לשיטוט, מקלחת ושקט

19:15 ארוחת ערב עשירה ומזינה

שבת 13.12

07:00 בוקר רגוע עם קפה, צ'אי ועוגיות

08:00 מדיטציית הליכה וכתיבה אינטואיטיבית

09:00 ארוחת בוקר צבעונית

11:00 תרגול עומק: יוגה תרפיה, צלילים מרפאים,

מיינדפולנס וקבלת מסרים

13:00 זמן חופשי: סאונה, האט טאב, יצירה ושהייה בטבע,

פריסה בריאה וטעימה

15:00 פעילות - אנושיות מחוברת

16:00 סיום וסגירת מעגלים

17:00 סיום משוער