

56. Joogaa, iloa ja hiljaisuutta 15. - 18.10.2020

Ohjaajat: Marita Laaksonen ja Maija Räsänen

TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	8.00 Joogaharjoitus	8.00 Joogaharjoitus	8.00 Karmajooga
	9.00 Aamiainen	9.00 Aamiainen	8.30 Aamiainen
	10.00 Tanssia	10.00 Tanssia	9.30 Tanssia
	11.30 Alustus, keskustelua	11.30 Alustus, keskustelua	10.30 Joogaharjoitus
	13.00 Lounas	13.00 Lounas	12.00 Lähtölounas
	Ulkoilua, vapaata, lepoa	Ulkoilua, vapaata, lepoa	
		15.00 Tanssia	
	16.30 Joogaharjoitus	16.30 Joogaharjoitus	
18.00 Päivällinen	18.00 Päivällinen	18.00 Päivällinen	
19.00 Kurssin avaus ja joogaharjoitus	19.00 Tanssia	19.00 Sauna	