

## Hellitä, kohti takertumattomuutta

pe 21.5. – su 23.5.2021

Heidi Höök-Mustamäki ja Minna Lahdenperä

klo	21.5. perjantai	22.5. lauantai	23.5. sunnuntai	klo
07.30		Harjoitus, Heidi	Harjoitus, Minna	07.45
08.15		Aamiainen	Aamiainen	08.15
			Oivalluksia tai pohdittavaksi, koko ryhmä	09.15
09.30		Alustus + keskustelu Kohti takertumattomuutta Minna		
			Harjoitus, Heidi	10.30
11.00		Harjoitus, Minna		
			Lähtölounas	12.00
13.00		Lounas		
15.30 - 16.30		Alustus + keskustelu Turvallisuuden vaatimus? Luopumisen tärkeys! Heidi		
17.00		Harjoitus, Heidi		
18.00	Päivällinen	Päivällinen		
19.30	Kurssin avaus  Harjoitus, Minna	Illalla sauna		