

# Yoga - Bliss - Retreat auf Korfu



mit Gauranga, Shakti & Maheshwara

**Alles optional - Du nimmst teil, so wie es Dir gut tut.**

## **Samstag - Tag 1: Anreisetag, Abholung vom Flughafen inkl.**

- 16:00 h Yogastunde für alle die schon da sind
- 18:30 h Abendessen
- 20:15 h Begrüßung/Ankommensrunde

## **Sonntag - Tag 2: Anreise möglich, Abholung Flughafen auf eigene Kosten**

- 07:15 h Meditation/Icenman/Superwoman - Meer ;) -  
wahlweise stille Meditation im Yogaraum
- 08:45 h Yogastunde
- 10:15 h Brunch/freie Zeit
- 16:00 h Yogastunde
- 18:30 h Abendessen
- 20:15 h Kirtanparty

## **Montag - Tag 3:**

- 07:15 h Meditation/Pranayama wie Tag 2
- 08:45 h Yogastunde
- 10:15 h Brunch
- 12:00 h Wanderung zum Cap Drastis
- 18:30 h Abendessen & freier Abend

## **Dienstag - Tag 4:**

- 07:15 h Meditation/Pranayama wie Tag 2
- 08:45 h Yogastunde
- 10:15 h Brunch/freie Zeit

16:00 h Yogastunde  
18:30 h Abendessen  
20:15 h Kirtanparty

### **Mittwoch - Tag 5:**

07:15 h Meditation/Pranayama wie Tag 2  
08:45 h Frühstück  
10:00 h Wanderung zur Schmetterlingsbucht \*2  
17:30 h Yin-Yogastunde  
19:00 h Abendessen  
freier Abend

### **Donnerstag - Tag 6:**

07:15 h Meditation/Pranayama wie Tag 2  
08:45 h Yogastunde o. Lockerungsübungen und Medi d. 4  
Himmelsrichtungen  
10:15 h Brunch/freie Zeit  
16:00 h Yogastunde  
18:30 h Abendessen  
20:15 h Bunter Abend

### **Freitag - Tag 7:**

07:15 h Meditation/Pranayama wie Tag 2  
08:45 h Yogastunde  
10:15 h Brunch/freie Zeit  
16:00 h Yogastunde  
18:30 h Abendessen  
20:15 h Abschiedsparty

### **Samstag - Tag 8:**

**Abreisetag/Departure Frühstück und Transfer zum Flughafen**