

18. animoVida® - Silvesterseminar

30. 12. 2023 - 02. 01. 2024



Der **Tanz** der Jahre - Abschied und Neubeginn

30. Dezember

Vorstellungsrunde und Anfangssession: 17:00 - 18:45 Uhr

Abendessen: 19:00 – 20:00 Uhr

Abendssession: 20:15 – ca. 21:45/22:00 Uhr

31. Dezember

Optional, getanzte Morgenmeditation: 8:15 – 9:00 Uhr

Frühstück: 9:00 – 10:00 Uhr

2 Sessions mit einer kurzen Pause: 10:15- 12:50 Uhr

Mittagessen: 13:00 – 14:00 Uhr

Kaffee und Kuchen: 15:30 Uhr

Session: 16:00 – ca. 18:15 Uhr

Abendessen: 18:30 – 20:00 Uhr

Abendssession – Silvesterritual: 21:30 - 24 Uhr, danach noch "Silvestermenü" und Ausklang, evtl. mit „Party“ wenn noch Bedarf an Tanz ist

01. Januar

Optional, getanzte Morgenmeditation: 9:15 – 10:00 Uhr

Frühstück: 10:00 -11:00 Uhr

Session: 11:11 - 13:15 Uhr

Mittagessen: 13:30 – 14:30 Uhr

Kaffee und Kuchen: 16:00 Uhr

Session mit einer kurzen Pause: 16:30 – 18:45 Uhr

Abendessen: 19:00 – 20:00 Uhr

Abendssession – Neujahrsritual: 20:45 -ca. 22:30/23:00 Uhr

02. Januar

Optional, getanzte Morgenmeditation: 9:00 – 9:30 Uhr

Frühstück: 9:30 - 10:30 Uhr

Session mit nur kurzer Pinkelpause: 10:30 – 13:20 Uhr

Mittagessen mit anschließendem Kaffee: 13:30 Uhr