



PROGRAMMATION

Acclamie pour l'harmonie
28 au 30 octobre 2022



VENDREDI 28 OCTOBRE 2022

- 14h00 à 18h00** Arrivée, temps libres pour profiter des installations du Spa Eastman
- 18h30** Souper
- 20h00** Rencontre de présentation et activité détente

SAMEDI 29 OCTOBRE 2022

- 7h15** Méditation matinale
- 8h00** Déjeuner
- 9h00 - 11h30** Enseignement sous le thème de la retraite et pratique de yoga doux
- 12h00** Diner
- 13h00 - 16h00** Temps libre pour profiter des installations
- 16h30 - 18h30** Enseignement / Activité sous le thème de la retraite
- 19h00** Souper

DIMANCHE 30 OCTOBRE 2022

Note: *Votre chambre doit être libérée avant 11h00*

- 7h15** Méditation matinale
- 8h00** Déjeuner
- 9h00 - 11h30** Enseignement sous le thème de la retraite et pratique de yoga doux
- 12h00** Diner
- 13h30 - 18h00** Temps libre et accès aux installations