

Programma FAMILIEYOGA vakantie bij Mandali

Zondag 1 mei

Vanaf 15:00 uur check-in, rustig installeren, verkennen.

We starten het programma samen om 17:00 uur.



THEMA VAN DEZE AANKOMSTDAG: HIER ZIJN WE ELEMENT: AARDE

17:00-18:15 uur	openingsceremonie
18:30 uur	diner

Maandag 2 mei

THEMA VAN DE DAG: VERTRAGEN ALS EEN LUIAARD ELEMENT: AARDE

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
09:30 uur	een en ander praktisch om te delen met de ouders, kinderen met Geertje en Lotje
11:00 - 12:30 uur	yogales voor de kinderen met Neel yogales voor de ouders met Lotje
12:30 - 13:30 uur	lunch
Na de lunch	samen naar buiten, korte hike voor iedereen en natuurschatten verzamelen
15:30 uur	thee, koekjes, fruit
16:30-18:00 uur	ouder-kind yoga workshop met massage
18:30 uur	diner

Dinsdag 3 mei

THEMA VAN DE DAG: ALS EEN VIS IN HET WATER ELEMENT: WATER

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
11:00 - 12:30 uur	yogales voor de ouders met Lotje de kinderen hebben een gezamenlijke activiteit met Geertje en Neel

12:30 - 13:30 uur	lunch
Na de lunch	samen zwemmen voor iedereen die wil met de mini-workshop <i>als een vis in het water</i>
15:30 uur	thee, koekjes, fruit
16:30-18:00 uur	yogales voor de kinderen met Neel vrije middag voor de ouders
18:30 uur	diner
Na het eten om 19:30 uur	een bijzondere geluiden reis

Woensdag 4 mei

THEMA VAN DE DAG: SPELEN ALS EEN AAP ELEMENT: VUUR

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
11:00 - 12:30 uur	ouder-kind yoga workshop
12:30 - 13:30 uur	lunch
15:30 uur	thee, koekjes, fruit
16:30-18:00 uur	Drum Cirkel voor iedereen
18:30 uur	diner
Na het diner om 19:30 uur	Rondom het vuur, mini-ceremonie, marshmallows en twee minuten stilte om 20:00 uur

Donderdag 5 mei

THEMA VAN DE DAG: VRIJ ALS EEN VOGEL (BEVRIJDINGSDAG) ELEMENT: LUCHT

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
11:00 - 12:30 uur	yogales voor de kinderen met Neel yogales voor de ouders met Lotje
12:30 - 13:30 uur	lunch
Na de lunch	hike voor iedereen die wil
15:30 uur	thee, koekjes, fruit

16:30-18:00 uur	yogales voor de ouders met Lotje de kinderen hebben een gezamenlijke activiteit met Geertje en Neel
18:30 uur	Bevrijdingsdag feest ! Diner met BBQ en live muziek

Vrijdag 6 mei

THEMA VAN DE DAG: VOORBIJ DE STERREN ELEMENT: RUIMTE

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
11:00 - 12:30 uur	ouder-kind yoga workshop
12:30 - 13:30 uur	lunch
15:30 uur	thee, koekjes, fruit
16:30-18:00 uur	yogales voor de ouders met Lotje yogales en activiteit voor de kinderen met Geertje en Neel
18:30 uur	diner
Na het diner om 19:30 uur	verrassingsavond

Zaterdag 7 mei

THEMA VAN DE DAG: SAMEN ZIJN WE, HOE DAN OOK ELEMENT: AARDE

08:30 - 09:30 uur	ontbijt
10:00 uur	uitchecken kamers
10:30 - 11:45 uur	afsluitende ceremonie
12:30 - 13:30 uur	lunch
14:00 uur	uitzwaaien

Er kan altijd iets wijzigen in het programma.