

Vrijdag		Zaterdag		Zondag	
Vanaf 16u30	Ontvangst Check-in Kennismaking	7u30u-8u30	Ochtendyoga en -meditatie	8u15-8u45	Ochtendyoga
18u	Toelichting van het programma	8u30-9u	Ochtendspits (nee, hoor!)	9u-10u	Ontbijt
18u30	Aperitief, vergezeld met tapas	9u-10u	Ontbijt	10u-11u15u	Workshop psychologisch kapitaal - hoop optimisme
19u-20u30	Diner, uit de oven	10u-11u15u	Workshop <i>zelfzorg is een must-have</i>	11u15-11u30	Pauze met versnaperingen
20u30-22u	Begeleid kampvuurgesprek, gezelligheid inclusief!	11u15-11u30	Pauze met versnaperingen	11u30-13u	Workshop psychologisch kapitaal - zelfvertrouwen veerkracht
22u-22u15	Slaapmutsje	11u30-13u	Workshop <i>me, myself and I</i>	13u-14u	Lunch Chill
		13u-14u	Lunch Chill	14u-16u	Ontspannen workshop o.l.v. Carine Simons
		14u-16u	Creatieve workshop o.l.v. glaskunstenaar Hans Martens	16u	Calorierijke fika :-)
		16u-16u30	4-uurtje met versnaperingen	17u	Baaibaa zwaai
		16u30-19u	Individuele zelfzorg (keuze uit 3 verschillende 1-op-1 workshops)		
		19u-19u30	Avondspits (you're kidding?)		
		19u30	Soirée Magarnie		
		22u30	Yin Yoga om af te sluiten		