

# KROPPEP PÅ TOPPEN 4.-6.februar 2022

INMOVE & D'YOGA

| DAG                        | INDHOLD  | HVEM                         | HVOR         |
|----------------------------|--|------------------------------|--------------|
| <b>FREDAG D. 4.FEBRUAR</b> |  |                              |              |
| 15-15.30                   | Ankomst og indkvartering   | Ditte og Pi                  | Hovedindgang |
| 15-16                      | Velkomst med kaffe, te og frugt  |                              | Spisesal     |
| 16-17.30                   | Dans, bevægelse & åndedræt   | Pi og Ditte                  | Drama        |
| 18:00-19                   | Aftenbuffet  |                              | Spisesalen   |
| 19.30                      | Foredrag "En fortælling om Brandbjerg" v. Konference koordinator, Annette Grønhøj og aftenkaffe med kage | Ditte, Pi og Annette Grønhøj | Herregården  |
| <b>LØRDAG D. 5.FEBRUAR</b> |  |                              |              |
| 7.30-8.30                  | Morgenbuffet   |                              | Spisesal     |
| 9-10.15                    | Yoga   | Ditte                        | Drama        |
| 10.15-10.30                | Pause  |                              |              |
| 10.30-11.45                | Dans   | Pi                           | Drama        |
| 12-13                      | Frokostbuffet  |                              | Spisesal     |
| 14-15.15                   | Ud i naturen   | Ditte                        | Ude          |
| 15.15-16                   | Kaffe, te og frugt   |                              | Spisesal     |
| 16-17.15                   | Dans og bevægelse  | Pi                           | Drama        |
| 18:00-19                   | Aftenbuffet  |                              | Spisesal     |
| 19.30                      | Aftenhygge<br>Aftenkaffe og kage   | Ditte og Pi                  | Herregården  |
| <b>SØNDAG D. 6.FEBRUAR</b> |  |                              |              |
| 7.30-8.30                  | Morgenbuffet   |                              | Spisesal     |
| 8.30-9.00                  | Pakke og tjek ud af værelser   |                              |              |
| 9.00-10.30                 | Yoga   | Ditte                        | Drama        |
| 10.30-10.45                | Pause  |                              |              |
| 10.45-11.45                | Dans   | Pi                           | Drama        |
| 12-13                      | Frokostbuffet  |                              | Spisesal     |
| 13-13.30                   | Meditation   | Ditte                        | Drama        |
| 13.30-14                   | Fælles afslutning og tak for denne gang  | Ditte og Pi                  | Drama        |

De bedste hilsner

Pi Rosamunde Myvind 50454304

Ditte Louise Seibert 40333517