

KROPPEN PÅ TOPPEN 18.-20.november 2022

INMOVE & D'YOGA

DAG	INDHOLD	HVEM	HVOR
FREDAG D. 18.NOVEMBER			
15-15.30	Ankomst og indkvartering	Ditte og Pi	Hovedindgang
15.30-16.30	Velkomst - Kaffe, te og frugt		Spisesal
16.30-17.30	Dans og bevægelse	Pi	Salen
18:00-19	Middag		Spisesal
19.30-21	Yoga	Ditte	Salen
21	Aftenkaffe, te og kage		Spisesal/Hyggerum
LØRDAG D. 19.NOVEMBER			
7.30-8.30	Morgenbuffet		Spisesal
9-10.30	Yoga	Ditte	Salen
10.30-10.45	Pause		
10.45-12	Dans og bevægelse	Pi	Salen
12.30-13.30	Frokostbuffet		Spisesal
14-15.30	Ud i naturen	Ditte	Ude
15.30-16.15	Kaffe, te og frugt		Spisesal
16.30-17.30	Fællesdans	Pi	Salen
18:00-19	Middag		Spisesal
20	Fællessang- og hygge med aftenkaffe, te og kage		Spisesal/Hyggerum
SØNDAG D. 20.NOVEMBER			
7.30-8.30	Morgenbuffet		Spisesal
8.30-9.00	Pakke og tjek ud af værelser		
9.00-10.30	Dans og bevægelse	Pi	Salen
10.30-10.45	Pause		
10.45-12	Yoga	Ditte	Salen
12.30-13.30	Frokostbuffet		Spisesal
13.30-14	Afslutning og tak for denne gang	Ditte og Pi	Salen

De bedste hilsner

Pi Rosamunde Myvind 50454304

Ditte Louise Seibert 40333517