



24. April 2025 - Donnerstag

- 17:00 – 17:30 Willkommens Get-together in der [Meissner Lodge](#)
- 17:30 – 18:00 Orientierung und Flugplanung mit Cyrill - Oehrlibird
- 18:30 Abendessen, vegetarisches 4-Gänge-Menü im [Meissner Hotel](#) (exkl. Getränke)
- 20:00 – 21:00 Mindful Movement mit anschließender Resilienzübung/Meditation

25. April 2025 - Freitag

- 07:00 – 07:30 achtsame Körperübungen
- 07:30 – 08:00 Morgenmeditation mit Manifestierung
- 08:00 – 09:00 gemeinsames Frühstück
- Ab 09:00 bis 18:00 Zeit zur freien Verfügung – Einzelcoaching Stunden
- Optional 14:30 – 16:30 geführte Wanderung
- 18:30 Abendessen, vegetarisches 4-Gänge-Menü im [Meissner Hotel](#) (exkl. Getränke)
- 20:00 – 21:00 Mindful Movement mit anschließender Resilienzübung/Meditation

26. April 2025 - Samstag

- 07:00 – 07:30 achtsame Körperübungen
- 07:30 – 08:00 Morgenmeditation mit Manifestierung
- 08:00 – 09:00 gemeinsames Frühstück
- Ab 09:00 bis 18:00 Zeit zur freien Verfügung – Einzelcoaching Stunden
- Optional 14:30 – 16:30 geführte Wanderung
- 18:30 Abendessen, vegetarisches 4-Gänge-Menü im [Meissner Hotel](#) (exkl. Getränke)
- 20:00 – 21:00 Mindful Movement mit anschließender Resilienzübung/Meditation

27. April 2025 - Sonntag

- 07:00 – 07:30 achtsame Körperübungen
- 07:30 – 08:00 Morgenmeditation mit Manifestierung
- 08:00 – 10:00 gemeinsames Frühstück
- 10:00 – 11:00 Abschluss Runde, die Coaches stehen noch für individuelle Fragen zur Verfügung
- 12:00 individuelle Abreise

Alle Programmpunkte sind optional

Dein Einzelcoaching wird von uns separat geplant, die erhältst deinen Termin von uns vor Ort.

Du hast fragen, ich freu mich von dir zu hören - Carmen & Cyrill – [E Mail](#) oder 079 103 35 63