

„Širdies takais: savęs pažinimo ir atradimo kelionė“ Portugalijoje

programa

1 diena 2025.03.21

18:00	Pasitikimo - susipažinimo ratas
20:00	Vakarienė
21:30	Kakavos ceremonija + meditacija
22:30	Poilsio laikas

2 diena 2025.03.22

8:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:00	Vertybių nustatymo dirbtuvės
13:00	Pietūs
14:00	Laikas sau
16:00	Tylos meditacija vaikštant gamtoje + paleidimo ritualas leidžiantis saulei
19:30	Vakarienė
21:00	Garso kelionė
22:30	Poilsio laikas

3 diena 2025.03.23

8:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:00	Gyvenimo taisyklių peržiūra
13:00	Pietūs
14:30	Mano veiklos kelias
16:30	Pirtis su baseinu
19:00	Vakarienė
20:00	Laikas sau
22:30	Poilsio laikas

4 diena 2025.03.24

08:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:00	Sielos ženklų atpažinimo dirbtuvės
13:00	Pietūs
14:30	Meno terapija - sapnų gaudyklių dirbtuvės
19:00	Vakarienė
20:30	Garso kelionė
22:30	Poilsio laikas

5 diena 2025.03.25

08:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:00	Identiteto meditacija
11:00	Laikas sau
13:00	Pietūs
14:30	Balso burtis
19:00	Vakarienė
20:00	Laikas sau
22:30	Poilsio laikas

6 diena 2025.03.26

08:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:30	108 dėkingumo praktika
13:00	Pietūs
14:00	108 dėkingumo praktika
19:00	Vakarienė
20:00	Grupinė hipnoterapija
21:00	Laikas sau
22:30	Poilsio laikas

7 diena 2025.03.27

08:30	Ryto ritualas
9:00	Pusryčiai
10:30	Vaikščiavimo meditacija gamtoje + 13:00 val. pietūs (piknikas)
16:00	Pirtis su baseinu
19:00	Vakarienė
20:00	Laikas sau
22:30	Poilsio laikas

8 diena 2025.03.28

08:30	Ryto ritualas
09:00	Pusryčiai
10:00	Atsisveikinimo ratas

Papildoma informacija:

Esant blogoms oro sąlygoms organizatorius pasilieka teisę keisti programą **neatsisakant** praktikų, kurios yra išvardintos joje.