

Retiro de Música Circular e Kundalini Yoga

Sexta	Sábado	Domingo
	7:00 - Aula de Kundalini Yoga	7:00 - Aula de Kundalini Yoga
9:00 - Boas vindas! Chegada & Registro	8:30 - Desjejum	8:30 - Desjejum
9:30 - Orientação	10:00 - Atividade em grupo	10:00 - Atividade em grupo
10:00 - Aula introdutória de Kundalini Yoga		
12:00 - Introdução à Música Circular	13:00 - Almoço	13:00 - Almoço
13:00 - Almoço	14:00 - Momento de Silêncio e Integração pessoal	14:00 - Encerramento
14:00 - Momento de Silêncio e Integração pessoal	15:00 - Música Circular	15:00 - Despedida
15:00 - Prática de Música Circular		
19:00 - Jantar	19:00 - Jantar	
20:30 - Atividade em Grupo	20:30 - Atividade em Grupo	
21:30 – Atividades encerradas. Boa Noite.	21:30 - Atividades encerradas. Boa Noite.	

A programação proposta acima está sujeita a sofrer alterações antes e/ou durante o evento em decorrência de circunstâncias não previstas. Reservamos o direito de alterar horários e/ou atividades sem aviso prévio.