

Info Liste I

PROGRAMM VITAL-TAGE

Bintu Cham

Gesundheitsmanagement
Dipl. Oecotrophologin



Prorammblauf

1.Tag

16.00 - 17.00 Uhr	Anreise
17.00 - 18.00 Uhr	Ernährungsvortrag
18.00 - 18.45 Uhr	Abendessen
18.45 - 19.00 Uhr	Hausrundgang

2.Tag

08.00 - 09.00 Uhr	Meditation
09.00 - 10.00 Uhr	Frühstück
10.00 - 11.00 Uhr	Ernährungsvortrag
11.00 - 12.00 Uhr	Training
12.00 - 13.00 Uhr	Mittagessen
13.00 - 15.00 Uhr	Gemütliche Wanderung
15.00 - 16.00 Uhr	Teepause
16.00 - 17.00 Uhr	Meditation
17.00 - 18.00 Uhr	Ernährungsvortrag
18.00 - 19.00 Uhr	Abendessen

3.Tag

08.00 - 09.00 Uhr	Meditation
09.00 - 10.00 Uhr	Frühstück
10.00 - 11.00 Uhr	Ernährungsvortrag
11.00 - 12.00 Uhr	Training
12.00 - 13.00 Uhr	Mittagessen
13.00 - 15.00 Uhr	Gemütliche Wanderung
15.00 - 16.00 Uhr	Teepause & Abschlussrunde
16.00 - 17.00 Uhr	Abreise

Haben Sie weitere Fragen zu den Vital Tagen
oder zu meinen Aktiv Fastenreisen?

Schreiben Sie mir gerne: info@bintu-cham.de

- - - Bintu Cham Gesundheitsmanagement - - - www.bintu-cham.de - - - +49 (0)176 - 419 53 552 - - -

