

Tagesplan Akasha Chronik Retreat Lamu 23.-30. November 2024

	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag	6. Tag	7. Tag	8. Tag
7:15-8:15				Mediation	Meditation	Meditation	Meditation	
8:15-9:30	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
9:30-13:00		Besichtigungstour Lamu Town	Transfer Shela AC Seminar	AC Seminar	AC Seminar	AC Seminar	AC Seminar	Abreise
13:00-14:00		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
16:00-19:00	Ankunft Lamu, 19:00 Uhr	frei	AC Seminar	AC Seminar	Tour: Besichtigung Takwa Ruinen, Baden Manda Beach	AC Seminar	16:30 Sunset Dhow Tour	
19:30-20:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	

Änderungen vorbehalten!