

The Path Retreat

Create a *Sanctuary* Within

Dag 1 Woensdag

14:15	Aankomst op de luchthaven en gezamenlijke transfer naar de villa
15:45	Check-in & welkomstdrankje
17:00	Introductiecirkel & grounding meditatie <i>met Jamie & Shannen</i>
19:15	Heerlijk verzorgd diner
20:15	Sunset walk
21:00	Sleepy girl mocktail

Dag 2 Donderdag

08:00	Fruit, koffie & thee
08:30	Ochtendmeditatie <i>met Shannen</i>
11:00	Voedzame brunch
12:30	Workshop: vaginisme, sensitiviteit & wijsheid <i>met Jamie</i>
15:30	Heerlijke gezonde snack
16:00	Vrije tijd <i>Neem een duik in het zwembad, rust uit in de tuin of maak een wandeling in het natuurgebied rond de villa.</i>
19:00	Heerlijk verzorgd diner
20:30	Verbindingscirkel <i>met Jamie</i>

Dag 3 Vrijdag

08:00	Fruit, koffie & thee
08:30	Gezamenlijke morning walk door het natuurgebied rond de villa
11:00	Voedzame brunch
12:30	Workshop Receiving Deeply <i>met Shannen</i>
15:30	Heerlijke gezonde snack
16:00	Vrije tijd
19:00	Heerlijk verzorgd diner
20:30	Yin yoga <i>met Jamie</i> <i>Diepe ontspanning & lichaamsbewustzijn</i>

Dag 4 Zaterdag

08:00	Fruit, koffie & thee
08:30	Morning embodiment practice & grounding <i>met Jamie</i>
11:00	Voedzame brunch
13:00	Familieopstelling: de kracht in jouw vrouwenlijn <i>met Shannen</i>
15:30	Heerlijke gezonde snack
16:00	Vrije tijd
19:00	Heerlijk verzorgd diner
20:00	Helend schrijven: de magie van journalen <i>met Jamie</i>

Dag 5 Zondag

08:00	Fruit, koffie & thee
09:00	Cacao & sharing met Shannen
11:00	Voedzame brunch
13:00	Workshop sensualiteit, eros & belichaming met Jamie
14:30	Vrije tijd <i>Tijd helemaal voor jou. Ontspan in de tuin, lees een boek, schrijf in je journal of geniet simpelweg van de stilte en de zon.</i>
15:30	Heerlijke gezonde snack
19:00	Heerlijk verzorgd diner
20:30	Yin yoga met Jamie <i>Fascia & psoas release</i>

Dag 6 Maandag

08:00	Fruit, koffie & thee
09:30	Ochtendceremonie & afsluiting
11:00	Voedzame brunch, daarna vrije tijd, inpakken & afscheid nemen
12:00	Check-out villa
12:15	Vertrek naar Málaga Airport

*“She let go of who she thought she was
supposed to be and embraced who she was.”*

— The Path Retreat