



## **PROGRAMAÇÃO 2023 - 13ª EDIÇÃO**

### **• SEXTA 01.12**

15h00 - Abertura oficial do evento com Professores e equipe organizadora

16h00 - Prática de Yoga

16h50 - Intervalo

17h20 - Palestra

18h00 - Intervalo

18h30 - Prática de Yoga

19:00h - Jantar

### **• SÁBADO 02.12**

05h30 - Prática ao ar livre

06h30 - Tempo livre para desjejum, praia, piscina e muita interação

10h20 - Prática de Yoga

11h10 - Intervalo

11h40 - Palestra

12h30 - Almoço

15h00 - Palestra

15h40 - Prática de Yoga

17h10 - Prática de Yoga

18h30 - Mantras

19h - Jantar

## • **DOMINGO 03.12**

05h10 - Prática ao ar livre

06h00 - Tempo livre para desjejum, praia, piscina e muita interação

09h20 - Prática de Yoga

10h00 - Prática de Yoga

10h40 - Encerramento do evento com Professores e equipe organizadora

12h - Check out