

Stundenplan Esalen Massage Weiterbildung Die Wiege des Beckens: Psoas und Piriformis in der Esalen Massage 18.10. - 20.10.24			
	Freitag 18.10.2024	Samstag 19.10.2021	Sonntag 20.10.2024
07:00		7:00 - 8:00:	
07:30		Stille und Bewegung	
08:00		8:00 - 9:00	8:00 - 9:00:
08:30		Frühstück	Frühstück
09:00		9:00 - 12:30: Unterricht	
09:30			
10:00			
10:30			
11:00			
11:30			
12:00			
12:30		12:30 - 15:00 Mittagspause	12:30 - 13:30
13:00			Mittagspause
13:30			13:30 - 16:30 Unterricht
14:00			
14:30			
15:00	15:00 - 18:30: Unterricht	15:00 - 18:30: Unterricht	
15:30			
16:00			
16:30			
17:00			
17:30			
18:00			
18:30	18:30: Abendessen		
19:30			
20:00			
20:30			
21:00			
21:30			
22:00			
Unterricht:	3.5	8	7.5
Total			19