

NEUJAHRSS-RETREAT 2027

1.1. – 6.1.2027 im Ökodorf Sieben Linden

Freitag 1. Januar	Samstag 2. Januar	Sonntag 3. Januar	Montag 4. Januar	Dienstag 5. Januar	Mittwoch 6. Januar
17:00 Anreise Einchecken	7.30 – 9.00 Frühstück				8.30 – 9.45 Sharing: Abschluss und Neubeginn
	9.15 – 11.15 parallel Yogische Morgenroutine (Jñana Wolfsteller) oder Breathwork und Eisbaden nach der Wim Hof Methode (Johannes Weingarten)	9.15 – 11.15 parallel Yogische Morgenroutine (Jñana Wolfsteller) oder Breathwork und Eisbaden nach der Wim Hof Methode (Johannes Weingarten)	9.15 – 11.15 parallel Yogische Morgenroutine (Jñana Wolfsteller) oder MBSR – Stessprävention durch Achtsamkeit (Gloria Kison)	9.15 – 11.15 parallel Yogische Morgenroutine (Jñana Wolfsteller) oder MBSR – Stessprävention durch Achtsamkeit (Gloria Kison)	10.00 – 11.15 Brunch Ab 11.30 Abschlusskreis und Abreise
	13.00 Mittagessen				
	15.00 – 16.00 Ökodorf Führung	Zeit für dich, Zeit für Behandlungen	15.00 – 16.00 Vorbereitung für den Abschluss-Abend (Schwitzhütte oder Feuer-ritual)	Zeit für dich, Zeit für Behandlungen	
	16.00 – 17.00 vedisches Feuer-Ritual Agnihotra	16.15 – 16.35 vedisches Feuer-Ritual Agnihotra	16.15 – 16.35 vedisches Feuer-Ritual Agnihotra	16.15 – 16.35 vedisches Feuer-Ritual Agnihotra	
	17.00 – 18.00 Sharing	17.00 – 18.00 Sharing	17.00 – 18.00 Sharing	16.30 – 22.00 Inipi – Traditionelle Schwitzhütten-Zeremonie (Jessica Heiler) oder ab 16.30 Feuerritual – Zwischen Loslassen und Neubeginn (Jñana Wolfsteller & Gloria Kison)	
18:30 Abendessen					
20:00 Willkommen, Kennenlernen, Programmorschau (Jñana Wolfsteller & Gloria Kison)	Zeit für dich, Zeit für Behandlungen Sauna	20.00 – 21.30 In die Nacht hinein ... mit einer Klangreise (Manuel Hermann und Tilli Briggs) Sauna	20.00 – 21.30 Entspannendes Yin Yoga (Jñana Wolfsteller) Sauna	Fortsetzung Schwitzhütte oder Feuerritual – Zwischen Loslassen und Neubeginn Sauna	