



PROGRAM

Rekreasjon i vinterlys

Mandag 15/2

Ankomst fra kl. 17.00

Kl. 18.30	Velkomstssamling m/kaffe på Gjestekjøkkenet
Kl. 20.00	Kveldsmat
Kl. 20.45	Kveldsbønn i kapellet
Kl. 21.00-22.00	Badeanlegget åpent

Tirsdag 16/2

Kl. 08.00-08:45	Frokost
Kl. 08.30-08.40	Morgenbønn i kapellet
Kl. 10.00-10.30	«Møt dagen» – fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær
Kl. 10.30-11.30	Refleksjonsvandring
Kl. 11.30-12.30	Lunsj
Kl. 13.00	Egentid, refleksjon og mulighet for individuelle samtaler
Kl. 14.30- 16.00	Badeanlegget åpent
Kl. 16.00-17.00	Middag
Kl. 18.30	Samling i lavvo/gapahuk – undring, samtale og kaffe
Kl. 20.00	Kveldsmat
Kl. 20.45	Kveldsbønn i kapellet
Kl. 21.00-22.00	Badeanlegget åpent

Onsdag 17/2

Kl. 08.00-08:45	Frokost
Kl. 08.30-08.40	Morgenbønn i kapellet
Kl. 10.00-10.30	«Møt dagen» – fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær
Kl. 10.30-11.30	Undervisning «vårt liv – våre fortellinger» v/Janne Monica
Kl. 11.30-12.30	Lunsj
Kl. 13.00	Egentid, refleksjon og mulighet for individuelle samtaler
Kl. 14.30- 16.00	Badeanlegget åpent
Kl. 16.00-17.00	Middag
Kl. 18.30	Kveldssamling i gjestestua
Kl. 20.00	Kveldsmat
Kl. 20.45	Kveldsbønn i kapellet
Kl. 21.00-22.00	Badeanlegget åpent

Torsdag 18/2

Kl. 08.00-08:45	Frokost
Kl. 08.30-08.40	Morgenbønn i kapellet
Kl. 10.00-10.30	«Møt dagen» – fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær
Kl. 10.30-11.30	Evtnt undervisning? Være seg selv i møte med andre v/Leif
Kl. 11.30-12.30	Lunsj
Kl. 13.00	Egentid, refleksjon og mulighet for individuelle samtaler
Kl. 14.30- 16.00	Badeanlegget åpent
Kl. 16.00-17.00	Middag
Kl. 18.30	Kveldssamling
Kl. 20.00	Kveldsmat
Kl. 20.45	Kvelsbønn i kapellet
Kl. 21.00-22.00	Badeanlegget åpent

Fredag 19/2

Kl. 08.00-08:45	Frokost
Kl. 08.30-08.40	Gudstjeneste i kapellet
Kl. 10.00-10.30	«Møt dagen» – fokus på bevegelse, pust og oppmerksomt nærvær
Kl. 10.30-11.30	Avslutningssamling
Kl. 11.30-12.00	Sjekke ut av rom
Kl. 11.30-12.30	Lunsj
Kl. 13.00	Avreise

Alle aktiviteter er ment som et tilbud til deg. Du velger selv om du vil benytte deg av dem.
Med forbehold om endringer