



concept & workshops development

לוח זמנים לדוגמא בלבד לסדנה עם מירה ארצי בקפריסין ביער הנסתר 2025

הלוח אינו סופי וניתן לשינוי עי ההפקה , לפני הסדנה יצא לוח מעודכן

חמישי 6.2 (יום הגעה)

13:00 – טיסה מישראל לא סופי

15:00-17:00 – הגעה למלון מנוחה, הכרות והתאקלמות

17:00-19:00 - מפגש הכרות ותרגול עם מירה

19:30-21:00 - ארוחת ערב

יום שישי 7.2

8:00-10:00 – תרגול בוקר עם מירה

10:30-12:00 – ארוחת בוקר

12:00-16:00 – זמן חופשי , ספא , סיור בגן ירק ומנוחה

16:30 -18:00 - תרגול יוגה נשית ונשימות עם מירה

19:00-20:30 – ארוחת ערב

21:00-22:00 – פעילות ספונטנית

שבת 8.2

8:00-10:00 – תרגול בוקר עם מירה

10:30-12:00 – ארוחת בוקר

12:00-16:00 – זמן חופשי , ספא , טיול ומנוחה

16:30 -18:30 - תרגול יוגה נשית ושיחה עם מירה

19:00-20:30 – ארוחת ערב

20:30-22:00 – פעילות ספונטנית

ראשון 9.2

8:00-10:00 – תרגול אחרון עם מירה

10:30-12:00 – ארוחת בוקר



concept & workshops development

12:00 עזיבת חדרים (אפשרות למים חמים לפני או אחרי עזיבת חדרים)

13:30 – יציאה לשדה תעופה לא סופי