

## PROGRAM

SAATLER/ GÜNLER	17.05.2024	18.05.2024	19.05.2024	20.05.2024	21.05.2024	22.05.2024
8:00	GÜN VARIŞ	Sabah yürüyüşü açık alan	Sabah meditasyonu yoga alanı	Sabah yogası yoga alanı	Bilinçli nefes alma sahilde iskele	KALKIŞ GÜNÜ
9:00		Kahvaltı Stella	Kahvaltı Stella	Kahvaltı Stella	Kahvaltı Stella	Kahvaltı Stella
10:00	Bodrum havalimanında buluşma	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	Check Out/ Çıkış
11:00	Transfer ve otel konaklaması	Kişisel antrenman zamanı	Su aeroibiği havuz/deniz	Kişisel antrenman zamanı	Yoga Sınıfı/ Vitalica Wellness	Havaalanı transferi
12:00	Otele/ rezidansa giriş ve dinlenme					
13:00		Açık havada yoga terapisi		Denge ve esneme yoga odası		
14:00	Tesis bünyesinde öğle yemeği	Öğle Yemeği	Öğle Yemeği	Öğle Yemeği	Öğle Yemeği	
15:00	Otel bünyesinde tanışma yürüyüşü					
16:00		SPA zamanı	SPA zamanı	SPA zamanı	SPA zamanı	
17:00	Dinlenme, boş zaman	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman		Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	Sahilde dinlenme/ Serbest zaman	
18:00			Bodrum'a kadar deniz yoluyla tekne turu	Tibet çanakları ile akşam meditasyonu yoga alanı		
19:00	Stella restoranda hoş geldiniz yemeği		Bodrum sokaklarında gezi		Komşu koya çıkış	
20:00		Akşam Yemeği Stella	Deniz kenarında bir Yunan restoranında akşam yemeği	Akşam Yemeği Stella	Otantik bir deniz ürünleri restoranında akşam yemeği	
21:00	Serbest zaman	Gün batımında akşam meditasyonu	Otele transfer	Serbest zaman	Yürüyüş	