- KAMP PROGRAMI -

1.gün

11:30 – 13:00	Seminer	Küçük Salon
13:00 – 13:10	Ara	
13:10 – 14:35	Seminer	Küçük Salon
14:35 – 14:45	Ara	
14:45 – 15:45	Nefes Seansı	Dome
15:45 – 17:00	Öğle Yemeği	
17:00 – 18:15	Seminer	Küçük Salon
18:15 – 18:30	Ara	
18:30 – 18:45	Niyet Belirleme Çalışması	Dome
18:45 – 19:45	Nefes Seansı	Dome
19:45 – 21:00	Akşam Yemeği	
21:00 – 21:30	Meditasyon Çalışması	Açık Alan

2.gün

08:00 – 09:15	Sabah Egzersizleri	Açık Alanı
09:15 – 10:30	Kahvaltı	
10:30 – 11:45	Seminer	Küçük Salon
11:45 – 12:00	Ara	
12:00 – 13:00	Seminer	Küçük Salon
13:00 – 13:15	Ara	
13:15 – 13:30	Niyet Belirleme Çalışması	Dome
13:30 – 14:30	Nefes Seansı	Dome
14:30 – 16:00	Öğle Yemeği	
16:00 – 17:30	Oyun	Açık Alan
17:30 – 18:45	Seminer	Küçük Salon
18:45 – 19:00	Ara	
19:00 – 20:00	Grup Çalışması	Dome
20:00 – 21:00	Nefes Seansı	Dome
21:00 – 22:15	Akşam Yemeği	
22:15 - 23:00	Gerçeklik Çalışması	Büyük Salon

3.gün

08:00 – 09:00	Sabah Egzersizleri	Açık Alan
09:00 – 10:30	Kahvaltı	
10:30 – 12:00	Seminer	Küçük Salon
12:00 – 12:30	Ara	
12:30 – 14:30	Diyatik Egzersiz	Büyük Salon
14:30 – 16:00	Öğle Yemeği	
16:00 – 16:30	Oyun	Açık Alan
16:30 – 17:45	Seminer	Küçük Salon
17:45 – 18:15	Ara	
18:15 – 18:45	Grup Çalışması	Dome
18:45 – 19:45	Nefes Seansı	Dome
19:45 – 21:00	Akşam Yemeği	
21:00 – 22:30	İfade Çalışması	Küçük Salon

4.gün

**** gün doğumu vakti***	Nefes-i Mavera Seansı	Açık Alan
08:00 – 09:00	Sabah Egzersizleri	Açık Alan
09:00 – 10:30	Kahvaltı ve Odaların Boşaltılması	
10:30 – 12:00	Duygu Çalışması	Yoga Alanı
12:00 – 12:30	Oyun	Yoga Alanı
12:30 – 13:00	Ara	
13:00 – 14:30	Seminer	Küçük Salon
14:30 – 15:30	Öğle Yemeği	
15:30 – 16:45	Nefes Seansı	Dome
16:45 – 17:45	Çember ve Paylaşımlar	Dome
17:45	Servis Hareket	

Hava şartlarına ve kampın gidişatına göre programda değişiklikler olabilir.