

## **DIENOTVARKĖ:**

### **Birželio 25 d. - pirmadienis**

- 11.00 – 13.00: atvykimas, įsikūrimas. Stovyklos tikslų išsikėlimas aptariant juos su stovyklos vadovėmis.
- 13.00 – 14.00: susipažinimas, kasdieninių praktikų pristatymas.
- 14.00 – 15.00: pietūs (vegetariškas maistas).
- 15.00 – 16.00: laisvas laikas.
- 16.00 – 19.00 : įvadinė paskaita-seminaras „Paleidimo galia“ (mąstymo keitimo technikos).
- 19.00 – 20.00: vakarienė.
- 20.00 – 22.00: filmų terapija.

### **Birželio 26 d. - antradienis**

- 08.00 – 09.00: kvėpavimo technikos.
- 09.00 – 10.00: pusryčiai, filmo aptarimas.
- 10.00 – 14.00: meno terapija.
- 14.00 – 15.00: pietūs.
- 15.00 – 16.00: laisvas laikas (maudynės, individualios konsultacijos, pasivaikščiavimai).
- 16.00 – 19.00: Šamaniškos – psichoterapinės paleidimo ir valymosi technikos.
- 19.00 – 20.00: vakarienė.
- 20.00 – 23.00: pirtis, laisvas laikas, individualios konsultacijos.

### **Birželio 27 d. - trečiadienis**

- 08.00 – 09.00: kvėpavimo technikos ir kūno blokų paleidimo terapija.
- 09.00 – 10.00: pusryčiai.
- 10.00 – 13.00: Šamaniškos – psichoterapinės paleidimo technikos ir meditacijos.
- 13.00 – 14.00: pietūs.
- 14.00 – 16.00: stovyklos aptarimas, naujos gyvenimo programos diegimas.
- 16.00 – 17.00: išvykimas.