

Donnerstag		Freitag				Samstag				Sonntag		
		Terra Nova	Sonnen Saal	Gemeinschaftsraum	Sonstiges	Terra Nova	Sonnen Saal	Gemeinschaftsraum	Sonstiges	Terra Nova	Sonnen Saal	Sonstiges
7:30 – 8:30	Contact Fundamentals	Yoga			Gartenhaus: stilles Sitzen See: Qi Gong SOPHIE	Yoga			Gartenhaus: stilles Sitzen See: Qi Gong SOPHIE	Yoga		Gartenhaus: stilles Sitzen See: Qi Gong SOPHIE
Früh Stück		8:00 - 9:15 Frühstück				8:00 - 9:15 Frühstück				8:00 - 9:15 Frühstück		
9:15-10:00		Mantren singen				Mantren singen				Mantren singen		
10:00-10:15		Glarisegger Morgenkreis				Glarisegger Morgenkreis				Glarisegger Morgenkreis		
10:30-11:30		Warmup Und Jam BENNO	CI BASICS DANIEL	Eltern-Kind- Jam bis 6 Jahre		Warmup und Jam KABIRO	Swirling in and out of Contact LU	Live Tanz 11-13 Uhr SONJA-VERA	Eltern-Kind Jam 6 J. + ab 7 J. am See	UNDER SCORE Jam (individ. Warmup)	CI Warmup in die Jam CHRISTOP/ LELLA	Spaziergang mit Kindern zum Wasserfall
Weiter- 12:40		offene Jam	Fortführung als Jam	Fortführung als Jam		offene Jam	Fortführung als Jam	Fortführung als Jam		12:00 Alle Abschluss-Jam und Ritual		
12:40-13:00		Sharing	Sharing	Sharing		Sharing	Sharing	Sharing				
Mittag Essen		13:00 – 14:00 Mittagessen				13:00 – 14:00 Mittagessen				13:00 – 14:00 Mittagessen		
14:00- 15:00		Jederzeit möglich am Strand: Sonnen, Baden, Volleyball				Jederzeit am Strand: Sonnen, Baden, Volleyball				Verabschieden / Aufräumen ENDE 15 Uhr		
15:00- 16:30		14:30 Uhr Woman only BABETT & KABIRO	Contact Trios MURIEL	Contact Partnerin Skills CHRISTIAN	PARCOUR DANIEL Outdoor	Play-Fight BENNO	Vocal Improv RAHEL	Wandlungs- Räume I NELA&LENA	Wald Jam SONJA-VERA			
Pause	30 minuten Pause				30 minuten Pause							
17:00- 18:30	ab 16:00 Ankommen, Zeltaufbau, Begrüssen	Contango PETER	Acrobatics & CI SOPHIA & NICO	Body-Work into Contact KALIMA	Jam am See Treffpunkt See KABIRO	Fliegen & Landen NICO & SOPHIA	Pilates into Contact BABETT	Wandlungs- Räume II NELA&LENA	Kampfes- spiele® into CI Jam draussen MURIEL			
Abend Essen	Abendessen	18:30 - 19:30 Abendessen				18:30 - 19:30 Abendessen						
19:00-20:15	17:30 bis 19:00 Einchecken / 1h Job Verteilung am Speisesaal				18:30 Uhr Extra Tisch Leben in Gemeinschaft SONJA-VERA		Body-Work mit Anleitung LELLA/ CHRISTOPH					
ab 20:30	Eröffnungs- kreis für alle danach Warmup zur CI-Jam PETER	ab ca. 21:00 Basic JAM SKILLS into CI Jam SONJA- VERA	CI Jam UNDER SCORE INGO Geschlossen ab 20:35 ab 22:30 mit Contango Momenten	CI JAM PATRICA Ab 22:00 into Free Musik-Tanz- Jam	Kakao Butter Massage Trios bis 22:15 INGE	21:30 Feuer, Sauna am See und Singen mit BHOLANAT	FREE PLAY CONTACT JAM MUSIC & DANCE Ab 22:30 mit Contango Momenten	CI Jam UNDER SCORE ROLAND (geschlossen) Ab 22:15 Uhr Übergang zur Offenen Jam		21:30 Feuer, Sauna am See und Singen mit SKY		