

POWER WEEK

EBT[®]

**MAI
2025**



**DO
1.5.**

HELLO COFFEE + WARM UP TRAILEN

10 Uhr Kaffee Alle zusammen (Sauerlach); danach Trailen
in 3 Gruppen; Pause ca. 14-16 Uhr; Ende ca. 19 Uhr

TRAILEN + QI GONG + MEDITATION + FIRE WORK

9:30 Uhr Trailen in 3 Gruppen; 12:30-14 Uhr
Pause; 14:30 Uhr Bruce (Sauerlach); Abendessen Alle



**FR
2.5.**

**SA
3.5.**

YOGA HEALING + BREATHWORK

ab 10 Uhr Maja Block; Pause 13-14:30 Uhr; Ende 17 Uhr



RESSOURCEN TAG + TRAILEN

10 Uhr Rovena; ca. 13:30 Uhr Pause; 15 Uhr Trailen in Gruppen

**SO
4.5.**

**MO
5.5.**

KICK YOUR ASS POWER TAG + COOL DOWN

9:30 - ca. 14:30 Uhr Bruce; Ende ca. 15 Uhr

