

Retreatdag 5 april

Stiftsgården i Höör, Andrum Spa

En dag för stillhet, reflektion och lugn

Vi samlas klockan 9.30 för en enklare frukost

10.00 Mjuk Yoga med inslag av meditation

12.00 Lunch

13.00 – 15.00 Andrum Spa, som är bokat enbart för oss



Varmt välkommen med din anmälan!

Anmälan vill vi ha senast **15 mars**
via mejl, skane@ilco.nu Telefon eller sms 072 226 1077

Uppge namn, mejladress samt telefonnummer. Meddela eventuell specialkost/allergier vid anmälan.
Anmälan är bindande.

Deltagaravgift **250 kr** för medlem, om du vill ha med en närstående som inte är medlem är avgiften **400 kr**.

Inbetalas till plusgiro 49 74 90-3 eller Swish 123 408 22 69

OBS! Föreningens försäkring gäller inte för icke medlem.