



KVINNO RETREAT I STORA ÅBY SKOLA

Åter till helhet
- läkedom för ande, kropp och själ

06-08 Feb
2026

Genom natur, gemenskap, rörelse, kreativitet och kunskap om kroppen får du möjlighet att stanna upp, andas och uppleva läkedom på djupet. Välkommen att finna ro – mitt i livet.



VAD DU KAN FÖRVÄNTA DIG

VILA

Utrymme för återhämtning, avkoppling och stillhet.

VÄLMAÄNDE

Föreläsningar om hälsa & stresshantering, näringsrik mat, gott kaffe, rörelse, samt bastu eller ett uppfriskande dopp i Vättern ;).

GEMENSKAP

Stärkande kvinnogemenskap och uppmuntran i en trygg miljö.

NATUR

Utflykt med vandringsupplevelser i fantastisk natur vid Omberg.

KREATIVITET

Utforska din skaparglädje i en kurs med pastellkritor.

Plats: Stora Åby Skola, Ödeshög

Kostnad: xxx kr inkl. boende, mat och program under helgen

Antalet platser är begränsat.

Anmälan:

storaabyskola.se/retreat

Sista anmälningsdag: xxx

