

SUVEKOOL 2026

„Arukas elu - elu teadvuse teljel“

Laupäev 8.08 ajakava

Töötubade, satsangide valik ja individuaalkonsultatsiooni registreerumine kohapeal.

12:00- 13:30	Registreerumine ja majutus		
12:30-13:30	Soovijatele Lillleoru tutvustus		
14.00-15.30	Sissejuhatav sessioon / „Elu teadvuse teljel“ Ingvar Villido (ka <i>online</i>)		
15.30-16.00	Paus		
	Töötoad ja satsangid „Emotsioonid - reaktsioonidest selgusesse“		
16.00-17.30	Mis minus tegelikult reageerib? / Evelin Rosenberg (ka <i>online</i>)	Nagu 20 aastat noorem / Aigi Vahing (ka <i>online</i>)	Satsangid / Praktikult praktikule
17.30-19.00	Õhtusöök		
	Töötoad ja satsangid „Mõtted – mentaalsusest teadlikkuseni“		
19.00-20.30	Juhtnööride jada meie mõtetes / Jaanus Viese (ka <i>online</i>)	Mõtlemise vaigistamine / Heidi Grenman (ka <i>online</i>)	Satsangid / Praktikult praktikule
21.00	Õhtune tee ja vestlusring kohvikus		
23.00	Öörahu		

SUVEKOOL 2026

„Arukas elu - elu teadvuse teljel“

Pühapäev 9.08 ajakava

Töötubade, satsangide valik ja individuaalkonsultatsiooni registreerumine kohapeal.

	Varajase ärkaja lisaprogramm - füüsilise keha, energia ja teadlikkuse ühendamine		
07.30-08.30	Hommikune jooga töötuba / Kadri Kerge	Tervenda oma heaolu nurgakivi! / Toomas Õunap (ka online)	Liikumine ei ole eesmärk, vaid vahend / Indrek Verro
08.30-09.30	Hommikusöök		
	Töötoad ja satsangid „Hirmud – ärevusest vabaduseni“		
09.30-11.00	Hirmu kogemusest mõistmiseni / Kelly Lintula (ka online)	Märkamatud hirmud / Helena Verro (ka online)	Satsangid / Praktikult praktikule
11.00-11.30	Paus		
11.30-13.00	Kokkuvõte, küsimused ja vastused / Ingvar Villido (ka online)		
13.00-14.00	Kerge lõuna		
13.30-15.30	Individaalkonsultatsioonid (kohapeal)		

Suvekooli jätkupäev *online* teisipäeval 25.08 kell 19:00-21:00