

Standard program, Villa Sana parkurs

Mandag	12.00 - 12.15	Velkommen
	12.15 - 12.45	Hva er Sana-kurs?
	12.45 - 13.45	Lunsj
		Info og brannrunde
	13.45 - 14.45	Tur og omvisning på området
	15.00 - 16.30	Hva får meg til å føle meg verdifull
	16.30	Middag
		Kveldsmat

Tirsdag	08.00 - 09.00	Frokost
	09.00 - 10.30	Ord med vinger
	10.45 - 12.00	Helsesport
	12.00 - 13.45	Tur med lunsj
	14.00 - 15.30	Legeliv og legehelse
	16.30	Middag
		Kveldsmat

Onsdag	08.00 - 09.00	Frokost
	09.00 - 12.00	Samlivskurs for par (PREP)
	12.00 - 13.00	Lunsj
	13.00 - 15.30	Samlivskurs
	16.30	Middag
		Kveldsmat
	20.30	Trio Sana konsert

Torsdag	08.00 - 09.00	Frokost
	09.00 - 12.00	Samlivskurs for par (PREP)
	12.00 - 13.00	Lunsj
	13.00 - 15.30	Samlivskurs
	16.30	Middag
		Kveldsmat

Fredag	08.00 - 08.45	Frokost
	08.45 - 09.00	Utsjekk av rom
	09.00 - 10.30	De nødvendige grensene
	10.45 - 11.15	Avslutning og evaluering
	11.15 -	Lunsj og hjemreise



