

# Reboot camp

## OCHTEND

09:00 KOFFIE

09:30 Intro mindfulness  
intro persoonlijke succes uitrusting  
intro voeding en stress

12:30 HEALTHY LUNCH

## MIDDAG

13:30 Stiltewandeling op het strand

14:00 VERDIEPING

- persoonlijke slagkracht vergroten
- persoonlijk lifestyle advies
- mindfulness

15:30 BOOTCAMP

## AVOND

16:00 SPLASH & BBQ