

Vorschlag für ein typisches Wochenprogramm des Auszeithaus Auders

		Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Aufwachphase	6:00 bis 7:30								
Frühstück	7:00 bis 7:30			G e m e i n s a m e r B e r g t a g		Fasten		S o n n t a g B e s u c h e r	
Erste Arbeitsphase	7:45 bis 10:30								
Abschwitzpause									
Zweite Arbeitspase	10:30 bis 13:00								
Kochen Mittagessen							Fasten		
Nachmittags Aktivitäten	Ab 14:30								
Studienzeit									
Tüfteln									
Berge und Natur erkunden									
Kontakte im Tal ausbauen									
Vesper/Abendbrot	Um 19:00						Fasten		
Tagesrückschau									
Auf Morgen schauen									
Tagesausklang									