

Monday  
11th November

Tuesday  
12th November

Wednesday  
13th November

Thursday  
14th November

Friday  
15th November

Power Yoga (EN)  
9:30 - 10:30

Rest to be the Best:  
a Workshop to  
Improve your Sleep (EN)  
10:00 - 11:00

Klankreis  
10:30 - 12:00

Outdoor Bootcamp  
9:00 - 10:00

RoCycle (EN)  
10:00 - 11:00

Breathwork (EN)  
11:00 - 12:00

DH

Creer jouw ideale Wereld:  
Solarpunk de Buurt  
12:00 - 13:00

Natuurwandeling  
11:00 - 13:00

Investeer een Moment  
in je Financiën  
12:00 - 13:00

JUNO Self-defense  
Workshop (EN)  
11:00 - 12:30

Friendship Bracelet  
Crafting and Connect (EN)  
11:00 - 12:00

DH

Nature Walk (EN)  
14:00 - 16:00

DH

Climate Stress (EN)  
13:00 - 14:30

DH

Game Café (EN)  
13:00 - 15:00

DH

Mannen en Gevoelens;  
Bestaat dat?  
12:00 - 13:00

Learn to Draw a Portrait  
a la Rembrandt (EN)  
13:00 - 15:00

Game Café (EN)  
14:00 - 16:00

Plant Cutting Swap (EN)  
14:00 - 16:00

Wat heb ik een Werkgever  
te bieden?  
Ontdek jouw kwaliteiten  
14:00 - 15:30

Candle Crafting (EN)  
13:00 - 15:00

DH

Eerste Hulp  
bij Uitstelgedrag  
15:00 - 17:00

DH

Meer rust in je studie  
met Mindfulness  
16:00 - 16:30

Prestatiedruk:  
Van Stress naar Succes  
15:00 - 16:00

Peer Pressure (EN)  
15:15 - 16:45

DH

Balans Boost:  
Praktische tips voor  
drukke studenten  
14:00 - 15:00

Academisch Schrijven  
15:15 - 17:00

DH

Power Yoga (EN)  
17:15 - 18:15

DH

Salsa USC (EN)  
16:00 - 17:00

DH

Study Skills (EN)  
15:00 - 17:00

DH

Bouldering (EN)  
16:00 - 17:30

DH

Potluck Dinner (EN)  
19:00 - 21:30

Social Run -  
Miles for the Mind (EN)  
18:00 - 18:45

DH

Muziekbingo  
17:00 - 18:00

VR Game Experience  
(EN)  
16:00 - 17:45



Leiden



Den Haag

THIS TABLE IS

CLICKABLE!

ALL YEAR ROUND

AVAILABLE FOR YOU



Podcasts

Free Mindfulness App

Online Training  
Mental Skills

Online Training  
Study Skills

Study with Others

Meet Other  
Students Online

Well-being Roadmap



Universiteit  
Leiden