

# BIOHACKING WEEKEND 2022

15.-16. oktober, Asker

Lørdag 15. okt	
0830-0930	Check-in at the retreat center for accommodation
0930-0945	Åpning ved Biohacking Girls
0945-1045	Ancestral Diets, Food Processing, and the Original Biohackers v/Dr. Bill Schindler – del 1
1045-1115	Pause – utstillere og tech lab
1115-1230	Dr. Bill Schindler – del 2
1230-1330	Keto lunsj med vegetar alternativ
1330-1415	Transformer helsen med Dyp-Detox v/Anniken Nayeli
1415-1515	Pause Workshops/testing
1515-1615	Omega 3 - hva betyr den for helsen din? v/Dr. Leiv Bjørndal – Easy Choice (Hovedsponsors innlegg, kan inneholde noe reklame)
1615-1645	Pause – utstillere og tech lab
1645-1750	Crash course i hormonhacking! v/Martina Johansson
1745-1750	Stretch med Monica/Alette
1755-1830	Keto i praksis: 10 år med keto som medisin v/Steinar Larsen
1830-1915	Pause – utstillere og tech lab
1930	Felles middag

SØNDAG	
0700-0800	Crossfit i naturen og kuldebad i sjøen
0800-0900	Frokost
0915-0930	Åpning ved Biohacking Girls og optimale morgenrutiner
0930-1015	Hacking Healthspan by Targeting the Hallmarks of Aging v/Leslie Kenney – del 1
1015-1045	Pause med utstillersbesøk og hotellets deilige forfriskninger!
1045-1130	Leslie Kenny om antiaging - del 2
1130 - 1230	Pause – utstillere og tech lab
1230-1330	Lunsj
1330-1400	Siste handlemulighet
1400-1445	Prester bedre! v/Aleksander Stormskiold
1445-1530	Hacking key drivers of health and aging by targeting macrophages, mitochondria, hypoxia proteins & gut health v/Stian Van Sweden
1545-1645	Gong Bad og kakaoseremoni som avslutning i takknemlighet for at du er blitt en bedre versjon av deg selv. v/ Amie Helstad og Indigo Yubari

Med forbehold om endringer.

Arrangeres av:



i samarbeid med

