



Shinee with Lama Tashi Nyima

SAMEDI		DIMANCHE		ZATERDAG		ZONDAG	
7h	Meditation Silencieux	7h	Meditation Chiné	7u	Stille meditatie	7u	Shinee praktijk
8h	Petit-déjeuner	8h	Petit-déjeuner	8u	Ontbijt	8u	Ontbijt
10h	Enseignement	10h	Enseignement	10u	Onderricht	10u	Onderricht
12h	Repas de midi	12h	Repas de midi	12u	Middagmaal	12u	Middagmaal
13h	Karma Yoga	13h	Karma Yoga Nettoyage chambres & salles de bain, remise des clés	13u	Karma Yoga	13u	Karma Yoga Schoonmaak kamers & badkamers, inleveren sleutels
15h	Enseignement	14h30	Enseignement	15u	Onderricht	14u30	Onderricht
16h	Thé & café	16h	Thé & café	16u	Thee & koffie	16u	Thee & koffie
18h	Mahakala/Chenrezi	18h	Mahakala/Chenrezi	18h	Mahakala/Chenrezig	18h	Mahakala/Chenrezig
19h	Repas du soir			19u	Avondmaal		
20h	Méditation Chiné			20u	Shinee praktijk		

22 h Fermetures des portes



22u Sluiten van de deuren