



LODJONG, 3-DAYS INTENSIVE PRACTICE WITH LAMA ZEUPA

MONDAY		TUESDAY		WEDNESDAY	
07:00	PUDJA	07:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	07:00	PRATIQUE - PRAKTIJK
08:00	Petit Déjeuner - Ontbijt	08:00	Petit Déjeuner - Ontbijt	08:00	Petit Déjeuner - Ontbijt
10:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	09:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	09:00	PRATIQUE - PRAKTIJK
12:00	Lunch	12:00	Lunch	12:00	Lunch
12:45	A little help is always welcome!	12:45	A little help is always welcome!	12:30	A big help is more than welcome! Rooms-showers-toilets as clean as possible. Volunteers will be grateful to you! Return room keys please!
15:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	15:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	14:30	PRATIQUE - PRAKTIJK
18:00	Mahakala	18:00	Mahakala	18:00	Mahakala
19:00	Repas du soir - Avondmaal	19:00	Repas du soir - Avondmaal		
20:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	20:00	PRATIQUE - PRAKTIJK	20:00	PRATIQUE - PRAKTIJK
22:00 Fermeture des portes - Sluiten van de deuren					