



Buddhist Institute  
Yeunten Ling  
HUY

## SUMMERRETREAT WITH LAMA SONAM CHOPHEL

| Samedi - Zaterdag                     | Dimanche à Jeudi / zondag tot donderdag | Vendredi - vrijdag                                                                                                                              |
|---------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07:00 MEDITATION                      | 07:00 MEDITATION                        | 07:00 MEDITATION                                                                                                                                |
| 08:00 PETIT-DÉJEUNER<br>ONTBIJT       | 08:00 PETIT-DÉJEUNER<br>ONTBIJT         | 08:00 PETIT-DÉJEUNER<br>ONTBIJT                                                                                                                 |
| 10:00 ENSEIGNEMENT ONDERICHT          | 10:00 ENSEIGNEMENT ONDERICHT            | 10:00 ENSEIGNEMENT ONDERICHT                                                                                                                    |
| 12:00 LUNCH                           | 12:00 LUNCH                             | 12:00 LUNCH                                                                                                                                     |
| 13:00 UN PEU D'AIDE - EEN KLEINE HULP | 13:00 UN PEU D'AIDE - EEN KLEINE HULP   | 13:00 UN PEU D'AIDE - EEN KLEINE HULP<br>NETTOYAGE CHAMBRE - DOUCHE - WC<br>SCHOONMAAK KAMER - DOUCHE - WC<br>RETOUR DE CLÉS / AFGIFTE SLEUTELS |
| 15:00 GELEIDE MEDITATION GUIDÉE       | 15:00 GELEIDE MEDITATION GUIDÉE         | 14:30 GELEIDE MEDITATION GUIDÉE                                                                                                                 |
| 17:00 RAFRAÎCHISSEMENT - VERSNAPERING | 17:00 RAFRAÎCHISSEMENT - VERSNAPERING   | 16:30 RAFRAÎCHISSEMENT - VERSNAPERING                                                                                                           |
| 19:00 DINER                           | 19:00 DINER                             |                                                                                                                                                 |
| 20:00 MEDITATION                      | 20:00 MEDITATION                        |                                                                                                                                                 |