



Buddhist Institute
Yeunteen Ling
HUY

Weekend Yoga with Sébastien Cierco

SAMEDI - ZATERDAG	DIMANCHE - ZONDAG
	07:00 PRANAYAMA - MEDITATION
	08:00 PETIT-DÉJEUNER - ONTBIJT
08:45 Petit coups de main - kleine hulp	08:45 Petit coups de main - kleine hulp
10:00 HATHA YOGA	10:00 HATHA YOGA
12:00 LUNCH	12:00 LUNCH
12:45 Petit coups de main - kleine hulp	12:45 Grand coups de main - grote hulp CHAMBRE / KAMER DOUCHE / TOILET / HAL + RETOUR DE CLÉS/SLEUTELS TERUG
14:30 YIN YOGA & YOGA NIDRA	14:30 YIN YOGA & YOGA NIDRA
16:30 THÉ & CAFÉ	16:00 THEE & KOFFIE
18:00 MAHAKALA & CHENREZI PUDJA	18:00 MAHAKALA & CHENREZI PUDJA
19:00 DINER - AVONDMAAL	

22h FERMETURE DES PORTES - SLUITEN VAN DE DEUREN