



Buddhist Institute
Yeunten Ling
HUY

Mind-Heart-Body Coherence

FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
	07:00 Meditation	07:00 Meditation
09:00 Arrivée - Aankomst & Check-in	08:00 Petit Déjeuner - Ontbijt	08:00 Petit Déjeuner - Ontbijt
10:00 HEART COHERENCE 1	10:00 HEART COHERENCE 2	10:00 HEART COHERENCE 3
12:00 Lunch	12:00 Lunch	12:00 Lunch
13:00 Aide avec la vaisselle - Hulp met de afwas en opruim	13:00 Aide avec la vaisselle - Hulp met de afwas en opruim	13:00 Aide - Hulp
14:00 ENSEIGNEMENT - ONDERRICHT MEDITATION	14:00 ENSEIGNEMENT - ONDERRICHT MEDITATION	NETTOYAGE CHAMBRE - DOUCHE - WC SCHOONMAAK KAMER - DOUCHE - WC RETOUR DE CLÉS / AFGIFTE SLEUTELS
15:30 Pause - pauze	15:30 Pause - pauze	14:00 ENSEIGNEMENT - ONDERRICHT MEDITATION
16:00 YOGA	16:00 YOGA	15:30 FEEDBACK &
17:30 Pause - pauze	17:30 Pause - pauze	Cloture - Afsluiting
18:00 Poudja Mahakala-Chenrezig	18:00 Poudja Mahakala-Chenrezig	16:00 Fin
19:00 Repas du soir - Avondmaal	19:00 Repas du soir - Avondmaal	
20:00 HEART MEDITATION	20:00 HEART MEDITATION	
22:00 Fermeture des portes - Sluiten van de deuren		