



HEART COHERENCE WEEKEND

SAMEDI - ZATERDAG

9h Arrivée et installation

10h La science du cœur / De wetenschap van het hart

12h Repas de midi - Middagmaal

13h Une petite aide - Een kleine hulp
vaisselle - afwas, les tables - de tafels, etc.

14h30 La science des émotions - De wetenschap van de emoties

16h30 Thé & café - Thee en koffie

18h Mahakala/Chenrezi Poudja

19h Repas du soir - Avondmaal

DIMANCHE - ZONDAG

7h Méditation silencieux/ Stille meditatie

8h Petit-déjeuner - Ontbijt

10h La science de la connexion - De wetenschap van verbinding

12h Repas de midi - Middagmaal

13h Une grande aide - Een grote hulp
Nettoyage chambres & salles de bain, remise des clés
Schoonmaak kamers & badkamers, sleutels inleveren

14h30 Cohérence cardiaque en mouvement - Hart coherentie in beweging

16h Thé & café - Thee en koffie

22h Fermetures des portes - Sluiten van de deuren