

Meditation mit Meister Dhammadipa

11.Juli – 13.Juli 9:00 -- 16:00

Tagsablauf

Morgengebet	9:00 -- 9:30
Sitzmeditation	9:30 -- 10:15
Gehmeditation	10:15 -- 10:30
Teepause	10:30 -- 10:45
Dharma Unterricht	10:45 -- 11:45
Sitzmeditation	11:45 -- 12:30
Mittagessen und Selbstlosarbeit	12:30– 14:00
Dharma Unterricht	14:00 -- 15:00
Schlussgebet	15:45 -- 16:00

Vollkommen Beendet