



BUDDHISTISCHES ZENTRUM SCHEIBBS

Tagesplan Pfingsten

07:00 Meditation

08:00 Frühstück

08:45 – 09:45 selbstloses Arbeiten

10:00 Meditation

12:45 Mittagessen

Nachmittags: Eigenes Üben bzw. Zeit zum Rasten, Wandern etc.

17:00 Meditation

18:30 Abendessen

20:00 Meditation