

Tagesplan Zen und Bogenschießen

Anreisetag:

18.00 Uhr	Abendessen
19.30 Uhr - 20.00 Uhr	Einführung
20.00 Uhr - 20.30 Uhr	Zazen
20.30 Uhr - 20.40 Uhr	KinHin
20.40 Uhr - 21.10 Uhr	Zazen
21.10 Uhr - 21.15 Uhr	Zufluchtnahme

Folgende Tage:

06.00 Uhr - 06.30 Uhr	Zazen
06.30 Uhr - 06.40 Uhr	KinHin
06.40 Uhr - 07.10 Uhr	Zazen
07.10 Uhr - 07.20 Uhr	Rezitation
07.30 Uhr - 08.00 Uhr	Frühstück
08.00 Uhr - 09.00 Uhr	Samu
09.30 Uhr - 11.15 Uhr	Bogenübung
11.15 Uhr - 11.45 Uhr	Zazen
11.45 Uhr - 11.55 Uhr	Rezitation
12.00	Mittagessen
13.15 Uhr	Tee/Kaffee
14.30 Uhr - 15.00 Uhr	Zazen
15.00 Uhr - 15.30 Uhr	Impulsvortrag / Fragen
15.30 Uhr - 17.15 Uhr	Bogenübung
17.15 Uhr - 17.45 Uhr	Zazen
17.45 Uhr - 17.55 Uhr	Rezitation
18.00 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr - 20.30 Uhr	Zazen
20.30 Uhr - 20.40 Uhr	KinHin
20.40 Uhr - 21.10 Uhr	Zazen
21.10 Uhr - 21.15 Uhr	Zufluchtnahme

