

	Uhrzeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Ort*	
KLOSTER PROGRAMM	05.30 - 06.30	MORGEN-ZEREMONIE		TÄGLICH Buddhistische Morgen-Zeremonie: Herz-Sutra-Rezitation und stille Sitz-Meditation						Buddhahalle Gästehaus EG
	07.00 - 07.30	108 VERBEUGUNGEN		TÄGLICH Via CD angeleitete Verbeugungen mit 108 inspirierenden Reflektionen						Buddhahalle Gästehaus EG
	17.00 - 17.30	108 VERBEUGUNGEN		TÄGLICH Via CD angeleitete Verbeugungen mit 108 inspirierenden Reflektionen						Buddhahalle Gästehaus EG
	19.00 - 19.30	ABEND-ZEREMONIE		TÄGLICH Buddhistische Abend-Zeremonie: Herz-Sutra-Rezitation und stille Sitz-Meditation						Buddhahalle Gästehaus EG

Sonntags 09.00 - 09.45h
Herz-Sutra-Rezitation
Ort: Zen-Raum, Gästehaus 4.OG

Sonntags 10.00 - 11.30h
Frage & Antwort-Runde
Ort: Zen-Raum, Gästehaus 4.OG

Sonntags 14.30 - 16.00h
Zen-Meditation
Ort: Zen-Raum, Gästehaus 4.OG

	Uhrzeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Ort*
ABENDLICHE KLOSTER ANGBOTE	19.30 - 21.00	Raum der Stille Offenes Sitzen in Stille <i>Ohne Anleitung</i>	Geleitete Zen-Meditation Stilles Sitzen & Gehen mit: Ehrw. Young-Gong	Geleitete Rezitation Mantra des Mitgefühls mit: Ehrw. Young-Gong	Geleitete Rezitation Herz-Sutra & Meditation mit: Ehrw. Young-Gong	Raum der Stille Offenes Sitzen in Stille <i>Ohne Anleitung</i>	Öffentlicher Vortrag Grundlagen Buddhismus mit: Ehrw. Young-Gong	Geleitete Rezitation Diamant-Sutra & Meditation mit: Ehrw. Young-Gong	Buddhahalle Gästehaus EG

	Uhrzeit	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So	Ort*
WEITERE ANGBOTE	siehe Angebot	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	QiGong am Morgen Geleitete QiGong-Übungen Ort: Siehe Info-Tafel Zeit: 09.00 - 10.00 Uhr	Siehe Info-Tafel
	siehe Angebot		Waldbaden & Qi Gong** Vitales Gehen & Atmen Treffpunkt: Garten-Tempel Zeit: 14 bis max. 16 Uhr						siehe Angebot

* **Änderungen von Raum & Zeit** werden am Veranstaltungstag auf der weißen Tafel am Empfang angeschrieben.
 ** **Waldbaden bedeutet:** Man "badet" in der Atmosphäre / Energie des Waldes & genießt die frische Luft & die Natur mit allen Sinnen.
Waldbaden kann wetterbedingt ausfallen dies wird an der weißen Tafel am Empfang angeschrieben.