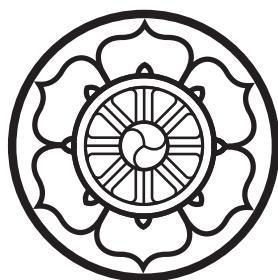


EGYNAPOS ZEN GYAKORLAT • ONE DAY SITTING

Budapest Zen Center / Bo Kwang Soen Won / 1062 Bajza u. 58. II/2

NAPIREND • SCHEDULE

8:45	Eligazítás	Orientation
09:00–09:30	Meditáció	30' Sitting
09:40–10:10	Meditáció	30' Sitting
10:20–10:50	Meditáció	30' Sitting
11:00–11:30	Meditáció	30' Sitting
11:40–12:10	Meditáció	30' Sitting
12:20–12:50	Meditáció	30' Sitting
13:00–13:30	Meditáció	30' Sitting
13:40–14:10	Meditáció	30' Sitting
14:20–14:50	Meditáció	30' Sitting
14:50–15:00	2 ének és 4 fogadalom	2 Sutras and 4 Great Vows
15:00	Informális ebéd	Informal meal



KVANUM ZEN ISKOLA MAGYARORSZÁGI KÖZÖSSÉGE
KWAN UM SCHOOL OF ZEN HUNGARY