

Programm-Tabelle -1

Sommerncamp: 4.-8.8.2022

Zeiten		Donnerstag 04.08.2022	Freitag 05.08.2022	Samstag 06.08.2022	Sonntag 07.08.2022	Montag 08.08.2022	
buddhistische Feiertage					Lama Tschöpa		
07.30 - 08.00			Frühstück Mönche	Frühstück Mönche	Frühstück Mönche	Frühstück Mönche	
07.00 - 08.00			Morgen-Meditation (Zelt) Sönam Chökyi	Morgen-Meditation (Zelt) Thubten Jampa	Morgen-Meditation (Zelt) Sönam Chökyi	Morgen-Meditation (Zelt) Thubten Jampa	
07.40 - 08.10			Yoga - Jugendliche (Haupthaus) Maik	Yoga - Jugendliche (Haupthaus) Maik	Yoga - Jugendliche (Haupthaus) Maik	Yoga - Jugendliche (Haupthaus) Maik	
08.15 - 09.00		Frühstück Ordinierte und Staff	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	
10.00 - 11.30		Vorbereitungen Sommerncamp	Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche	Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche	Einweihungsvorbereitungen im Zelt ab 9 Uhr	Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche	
11.30 Zufluchtnahme				Zufluchtnahme			
11.30 - 12.30							Mandala-Besichtigung Losang Dekyi
12.00 - 12.20							Qi Gong (vor dem Stupa) Bettina
12.30 - 13.30		Mittagessen Staff	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	
13.30 - 14.30		Vorbereitungen Sommerncamp	Mittagsruhe	Mittagsruhe	Mittagsruhe	Mittagsruhe	
13.45 - 15.00			Kaffee und Dessert	Kaffee und Dessert	14.30 Uhr Einweihung in Manjushri, der auf dem blau- en Löwen reitet kleine Pause Anschließend Lama Tschöpa mit Langlebensgebet für Khen Rinpoche Geshe Pema Samten bis etwa 17.30Uhr	Kaffee und Dessert	
14.45 - 15.45				Mantra-Singen (Haupthaus) Tenzin Drölkar		Mantra-Singen (Haupthaus) Tenzin Drölkar	
14.30 Einweihung							
14.00 - 15.30	14.30-15.30	14.50 - 15.30 Uhr Team-Sitzung Garage oder Blockhaus	Klangschalen-Meditation (Haupthaus) Dian			Schreibworkshop mit Heike Spingies Carport	
16.00 - 17.30	16.00-17.30		Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche	Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche		Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche	
18.15 - 19.00		Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	
19.00			Team-Sitzung Garage oder Blockhaus	Team-Sitzung Garage oder Blockhaus		Team-Sitzung Garage oder Blockhaus	
19.15 - 19.40		Begrüßung Informationen					
19.40 - 21.00		Brief an einen Freund - Nagarjuna Khen Rinpoche					
20.00			Abendmeditation Thubten Kelsang	Tashi Dargye Abend/ Film KR, Gisa, Frank, Chötso	freier Abend	Lagerfeuer	

Die Mönche arbeiten an dem Mandala in den Pausen und nach dem Abendprogramm.

Das Programm kann sich ändern - bitte auf Tages-Aushang schauen!

Nachtruhe ab 22.00 Uhr