

ZEITPLAN

Tilopas Lied der Verwirklichung:
Die Erkenntnis von Mahamudra festigen (VOR ORT)

Tag 1 Freitag, 7. Juni	18:30	Unterweisung (2h 15min)	Mingyur Rinpoche
	9:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
Tag 2 Samstag, 8. Juni	10:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	11:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
	12:45	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
	14:15	Unterweisung (1h 30min)	Khenpo Gyurme
	15:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	16:15	Fragen & Antworten (1h)	Tergar Seminarleiter*innen
	17:15	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
	18:45	Unterweisung (2h 15min)	Mingyur Rinpoche
Tag 3 Sonntag, 9. Juni	9:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
	10:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	11:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
	12:45	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
	14:15	Unterweisung (1h 30min)	Khenpo Gyurme
	15:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	16:15	Fragen & Antworten (1h)	Tergar Seminarleiter*innen
	17:15	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
Tag 4 Montag, 10. Juni	18:45	Unterweisung (2h 15min)	Mingyur Rinpoche
	9:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
	10:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	11:15	Gemeinsame Meditationen (1h 30min)	Umdze
	12:45	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
	14:15	Unterweisung (1h 30min)	Khenpo Gyurme
	15:45	Eigene Praxis/Pause (30min)	-
	16:15	Fragen & Antworten (1h)	Tergar Seminarleiter*innen
	17:15	Eigene Praxis/Pause (1h 30min)	-
	18:45	Unterweisung (2h 15min)	Mingyur Rinpoche