

18 August: Check-in Day

18 de agosto: Día de registro

18 août : Journée d'enregistrement



14:00 – 16:30	Check-in & Registration / Facturación y registro / Enregistrement et inscription
18:00 – 18:45	Dinner / Cena y descanso / Dîner
18:45 – 19:15	Karma Yoga Jobs Demonstration / Demostración de trabajos de karma yoga / Démonstration d'emplois de Karma Yoga
19:30	Course Introduction by Venerable Lobsang Zopa / Introducción al curso por Venerable Lobsang Zopa / Introduction au cours par le Vénérable Lobsang Zopa

19 – 27 August: Teaching & Meditation Program

19 - 27 de agosto: Programa de enseñanza y meditación

19 - 27 août : Programme d'enseignement et de méditation

06:15	Wake up / Levantarse / Réveil
07:00 – 08:00	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
08:00 – 08:45	Breakfast / Desayuno y descanso / Petit-déjeuner
09:30 – 09:50	Walking Meditation / Meditación caminando / Méditation à pied
09:50 – 10:30	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
10:30 – 11:00	Break / Descanso / Pause
11:00 – 11:40	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
11:40 – 12:00	Walking Meditation / Meditación caminando / Méditation à pied
12:00 – 12:30	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
12:30 – 13:30	Lunch / Comida / Déjeuner
13:30 – 15:45	Break & Karma Yoga / Pausa y Karma Yoga / Pause
15:45 – 16:10	Walking Meditation / Meditación caminando / Méditation à pied
16:10 – 16:45	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
16:45 – 17:10	Walking Meditation / Meditación caminando / Méditation à pied
17:10 – 17:50	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
18:00 – 18:45	Dinner / Cena y descanso / Dîner
18:45 – 19:30	Break & Karma Yoga / Pausa y Karma Yoga / Pause
19:30 – 21:30	Teachings / Enseñanzas / Enseignements
22:00	Lights Off / Luces apagadas / Extinction des Lumières

28 August: Check-out Day

28 de agosto: Día de salida

28 août : Jour de départ

06:15	Wake up / Levantarse / Réveil
07:00 – 08:00	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
08:00 – 09:30	Breakfast / Desayuno y descanso / Petit-déjeuner
09:30 – 09:50	Walking Meditation / Meditación caminando / Méditation à pied
09:50 – 10:30	Sitting Meditation / Meditación sentada / Méditation assise
10:30 – 11:00	Break / Descanso / Pause
11:00 – 12:30	Last session / Última sesión / Dernière session
12:30 – 13:30	Lunch / Comida / Déjeuner
14:00	Check-out