

	<b>Frühmorgens 1.Hälfte Text</b>	<b>Vormittag (ganzen Text)</b>		<b>Abend 2.Hälfte Text</b>	<b>Abend</b>	<b>Abend Klosterprogramm</b>
<b>Mo</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	10:15-11:30 Zen Meditation	19:30-20:00	20:00-21:00 Stille Meditation	19:30-21:00 Achtsamkeits Meditation
<b>Di</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	„	wöchentli- ches Programm wie immer	x	x
<b>Mi</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	„		x	x
<b>Do</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	„		x	x
<b>Fr</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	„	19:30-20:00	20:00-21:00 Stille Meditation	x
<b>Sa</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	„	19:30-20:00	20:00-21:00 Diamant Sutra Unterricht	19:30-21:00 Samstag Dharma Runde
<b>So</b>	06:20-07:00	09:00-10:15	*10:15-11:30 Unterricht zum Diamant Sutra	19:30-20:00	20:00-21:00 Stille Meditation	x

- Jeden Sonntag findet eine Einführung in den Inhalt des Diamant Sutras statt.
- Ansonsten kann man jederzeit während des Praxisverlaufes zu den täglichen Übungen dazukommen.