

Vendredi 30 octobre 2020

17h00 à 18h00

Accueil et installation dans les mazots

18h00 à 19h00

Présentations, échanges

19h00 à 20h00

Période du souper

20h00 à 21h30

Enseignements, méditation

Début de la période du noble silence

22h00

Couvre-feu

Samedi 31 octobre 2020

07h00 à 08h00

Lever et période du petit déjeuner

08h00 à 08h30

Libre

08h30 à 10h00

Enseignements, méditation

10h00 à 10h30

Libre

10h30 à 12h00

Enseignements, méditation

12h00 à 13h00

Période du repas de midi

13h00 à 14h00

Libre

14h00 à 15h30

Enseignements, méditation

15h30-17h00

Libre

17h00-18h00

Enseignements, méditation

Samedi 31 octobre 2020 (suite)

18h00 à 18h30

Libre

18h30 à 19h30

Période du repas du soir

19h30 à 20h30

Libre

20h30 à 21h30

Enseignements, méditation

22h00

Couvre-feu

Dimanche 1^{er} novembre 2020

08h00 à 09h00

Lever et période du petit déjeuner

09h00 à 09h30

Libre

09h30 à 10h30

Enseignements, méditation

10h30 à 11h00

Libre

11h00 à 12h00

Enseignements, méditation

12h00 à 13h00

Période du repas de midi

13h00 à 13h30

Libre

13h30 à 14h30

Enseignements, méditation

Fin de la période de noble silence

14h30 à 15h30

Collation

15h30 à 17h00

Partages, échanges, conclusion de la retraite