**Timeplan høstretreat - 2025**

**Torsdag:**

16.00 Ankomst

17.00 Middag

18.30 Program

**Fredag og Lørdag:**

08.00 Program Tibetanske riter / meditasjon

09.00 Frokost

10.15 Program

13:00 Lunsj

14.00 Egentid

16.30 Program

18.00 Middag

19.30 Program

**Søndag:**

08:00 Program Tibetanske riter / meditasjon

09:00 Frokost

10:30 Program

13:00 Lunsj