

Centre de Méditation Kadampa Metz Janvier 2024

Lundi 1	Mardi 2	Mercredi 3	Jeudi 4	Vendredi 5	Samedi 6	Dimanche 7
VACANCES					10h-17h30 Journée à thème : Nouvel an, nouveau moi	15h-16h20 JQES (tsog) 16h45 Réunion de communauté et galette des rois
8	9	10	11	12	13	14
14h00-15h00 : Tara 16h00-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES ---- 19h30-21h MULHOUSE Enseignement	14h-15h Powa 18h30-20h15 OGS (tsog) - Jour de Vajrayogini ----- 19h30-21h STRASBOURG Enseignement 19h30-21h PONT À MOUSSON Enseignement	16h00-17h20 JQES 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	14h30-18h30 Journée portes ouvertes	10h-13h Matinée sur le thème : Retrouver notre énergie et notre joie de vivre 15h-16h20 JQES (tsog)
15	16	17	18	19	20	21
16h-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h La Voie Rapide* A partir de 10h préparation auto initiation	10h30-15h45 Auto initiation Vajrayogini – Le festin de la grande félicité (réservé aux personnes ayant fait la retraite d'approche de Vajrayogini)	10h15-11h45 Sodjong 16h00-17h20 JQES 19h30-20h45 Conférence Apprendre à lâcher prise ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	14h-15h20 JQES (tsog)	Pause
22	23	24	25	26	27	28
16h00-17h20 JQES 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES ---- 19h30-21h MULHOUSE Enseignement	19h00-20h20 JQES (tsog) ----- 19h30-21h STRASBOURG Enseignement 19h30-21h PONT À MOUSSON Enseignement	16h00-17h45 OGS (tsog) Jour de Hérouka 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	10h-16h15 WE à thème La roue de la vie	
29	30	31	1	2	3	4
13h00-17h00 Tambour mélodieux 18h45-19h30 Méditation 45 min 20h-21h30 Enseignement ----- 19h30-20h30 SAINT AVOLD Enseignement	8h30-10h La Voie Rapide* 16h00-17h20 JQES	16h00-17h20 JQES	10h15-11h45 Sodjong 16h00-17h20 JQES 19h15-20h Méditation 45 min ----- 20h-21h30 THIONVILLE Enseignement	16h00-17h20 JQES 18h45-20h45 PF	8h45-13h05 PFE 14h30-17h30 Après-midi sur le thème Donner une nouvelle direction à notre vie	