



Centre de meditació **Tushita**

Hora	Dia d'arribada	AT M OS FE RA de CA LM A
9.15 – 10.00	Recepció	
10.00 – 11.30	Introducció i 1a sessió	
11.30 – 12.00	Coffee break	
12.00 – 13.30	2a sessió	
13.30 – 15.00	Dinar i temps lliure	
15.00 – 16.00	Passeig pel bosc	
16.00 – 18.00	3a sessió i conclusió	

NOTA: Els horaris són orientatius i poden variar lleugerament.