



Nyingma

Tibetaars Boeddhistisch Centrum

OPEN DAG

Zaterdag 1 September
12.00 - 18.00 uur

Programma *(wijzigingen voorbehouden)*

12.00-12.30 Winkel en Informatiecentrum
geopend: vrij entree, koffie, thee, cake.

12.30-12.45 Inleiding: organisatie en programma

12.45-13.10 Open Les **Boeddhisme**

13.10-14.00 Open Les **Meditatie & Kum Nye Yoga**

14.00-14.20 pauze

14.20-14.45 Sacred Art Studio **Path of Beauty**
en informatie over **Vrijwilligerswerk**

14.45-15.10 **Ceremonies**: Stupaceremonie en info
over Volle Maan en *Medicine Buddha*

15.10-15.30 pauze

15.30-15.55 Open Les **Full Presence Mindfulness**

15.55-16.20 Open Les **Tibetaans**

16.20-16.45 Open Les **Skillful Means**

16.45-16.50 Afsluiting lessengedeelte

16.50-17.00 pauze

17.00 -18.00 **Film** *The Great Transmission*

Gratis proeflessen – reserveren
niet nodig – welkom allen!

Nyingma Centrum Nederland
Reguliersgracht 25 Amsterdam
www.nyingma.nl