

Dagindeling Stille Retraite

Dag van aankomst	
18:30	Aankomst
19:30 - 20:00	Kennismaking - basisinstructie
20:00 - 21:10	Zitten - lopen - zitten
Maandag tot donderdag	
07:00 - 08:10	Zitten - lopen - zitten
08:15	Ontbijt
09:30 - 10:40	Zitten - lopen - zitten
10:40 - 11:10	Koffie / thee pauze
11:10 - 12:20	Instructie - lopen - zitten
12:30	Middagmaal
15:00 - 16:10	Zitten - lopen - zitten
16:10 - 16:40	Koffie / thee pauze
16:40 - 17:50	Zitten - lopen - zitten
18:00	Avondmaal
20:00 - 21:10	Zitten - lopen - zitten
Dag van vertrek	
zoals voorgaande dagen tot 14:00	
14.00 - 16.00	Zitten - lopen - nabespreken