

# Kriya Jóga Elvonulás

---

## Péntek

9:30 - 10:30 Érkezés

11:00 - 12:00 I. meditáció

13:00 - Ebéd

15:00 - 16:30 Satsang

17:00 - 18:30 I. meditáció

19:00 - Vacsora

## Szombat

6:30 - 7:30 I. meditáció

8:00 - Reggeli

9:30 - 10:30 Előadás

11:00 - 12:00 I. meditáció

12:00 - 12:30 folytatás II. meditációval, csak II-es beavatottaknak

13:00 - Ebéd

15:00 - 16:30 Satsang

17:00 - 18:30 I. meditáció

19:00 - Vacsora

## Vasárnap

6:30 - 7:30 I. meditáció

8:00 - Reggeli

9:30 - 10:30 Előadás

11:00 - 12:00 I. meditáció

13:00 - Ebéd

# Kriya Jóga Retreat

---

## Friday

- 9:30 - 10:30 Arrival
- 11:00 - 12:00 I. meditation
- 13:00 - Lunch together
- 15:00 - 16:30 Satsang
- 17:00 - 18:30 I. meditation
- 19:00 - Dinner

## Saturday

- 6:30 - 7:30 I. meditation
- 8:00 - Breakfast
- 9:30 - 10:30 Lecture
- 11:00 - 12:00 I. meditation
- 12:00 - 12:30 continue with II. meditation only for those initiated
- 13:00 - Lunch together
- 15:00 - 16:30 Satsang
- 17:00 - 18:30 I. meditation
- 19:00 - Dinner

## Sunday

- 6:30 - 7:30 I. meditation
- 8:00 - Breakfast
- 9:30 - 10:30 Lecture
- 11:00 - 12:00 I. meditation
- 13:00 - Lunch together