

Dzamling Gar, programma 28 giugno - 4 luglio

Date : June 29, 2021

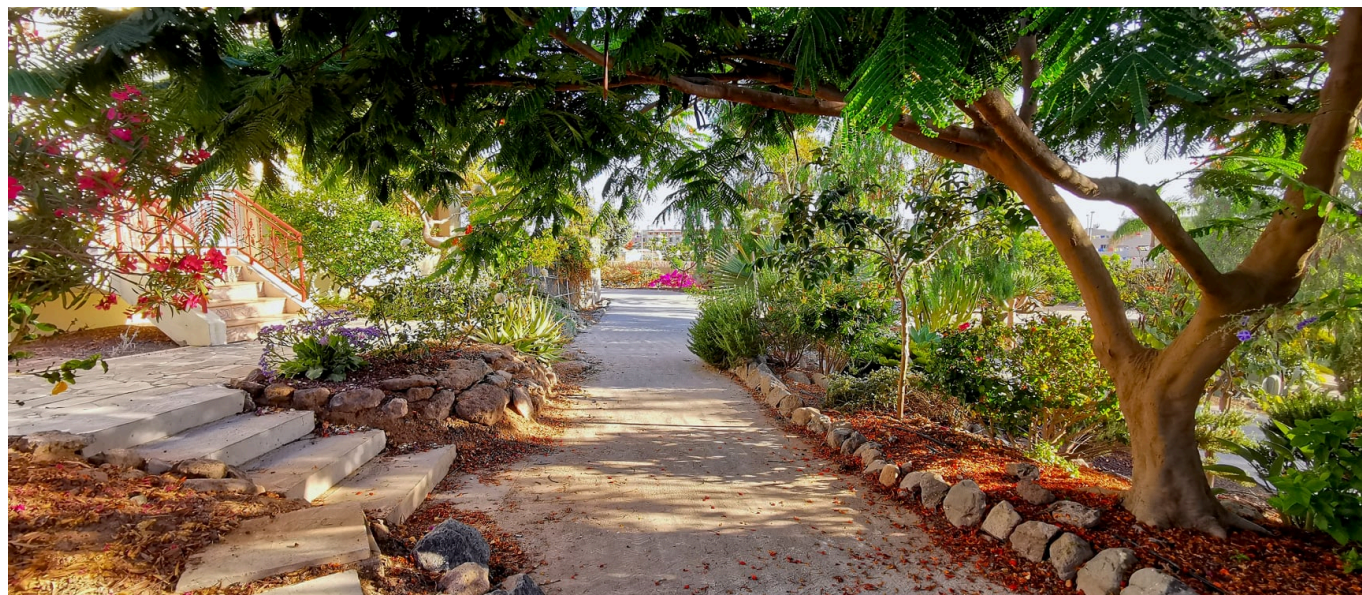


foto di Lesya Cherenkova

Programma 28 giugno – 4 luglio

lunedì 28 giugno

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)
09.30-11.00 / Yantra Yoga (Gönpa)
12.15-13.15 / Danza del Vajra e Guruyoga della A Bianca
17.00-19.00 / Khaita, canti e danze
19.05-20.05 / Danza del Vajra
20.10-21.10 / pratica Dakini Simhamukha (Gönpa)

martedì 29 giugno

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)
12.12-13.30 / Danza del Vajra delle 12A e Tun completo
17.00-19.00 / Yantra Yoga (Jyagcip)
17.00-19.00 / Khaita, canti e danzeg
19.05-20.05 / Danza del Vajra

mercoledì 30

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)
09.30-11.00 / Yantra Yoga (Gönpa)
11.05-12:00 / Tara Verde (Gönpa)
12.15-13.15 / Danza del Vajra
13.15-14.15 / Khalong Dorjeikar

15.00-16.00 / Purificazione dei 6 loka con Vajrasattva

17.00-19.00 / Stretching & Respira con Alina (Jyagcip) APERTO A TUTTI

17.00-19.00 / Khaita, canti e danze

18.30-19.30 / gruppo di studio Dorje Sempa Namkha Che (ufficio del Gakyil) (è necessario aver ricevuto la trasmissione)

19.05-20.05 / Danza del Vajra – SOLO Danza del Vajra, 3 volte

20.10-21.10 / pratica Dakini Simhamukha (Gönpa)

giovedì 1 luglio

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)

08.00-09.00 / Sang & Serkyem

12.15-13.15 / Danza del Vajra

17.00-19.00 / Yantra Yoga (Jyagcip)

17.00-19.00 / studio di gruppo Danze Khaita

19.05.20.05 / Khalong Dorjeikar

venerdì 2 luglio

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)

09.30-11.00 / Yantra Yoga (Gönpa)

12.15-13.15 / Danza del Vajra

17.00-19.00 / Khaita, canti e danze (webcast)

19.05-20.05 / Danza del Vajra

sabato 3 luglio

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)

09.00-10.00 / pratica del Sang

11.00-12.00 / meditazione con Rabgyi

12.15-13.15 / Danza del Vajra

16.00-17.00 / corso di cinese (Cafeteria)

17.00-19.00 / Khaita, canti e danze

19.05-20.05 / Danza del Vajra

domenica 4 luglio

08.00-09.00 / pratica di Mandarava (Lungta Tent)

09.00-10.00 / pratica del Sang

12.15-13.15 / Danza del Vajra

12.15-13.15 / Khalong Dorjeikar

17.30-18.30 / GANAPUJA DA MERIGAR (SOLO IN WEBCAST)

18.35-19.05 / Khaita, canti e danze

19.05-20.05 / Danza del Vajra

