

世界和平 上江洲老師 光话&冥想会 in 冲绳  
Lectures & Meditation by Mr.Uezu in Okinawa

生命之琉球 (Nuchinu-Ryukyu)  
Costa Vista冲绳 (Costa Vista Okinawa)

2019年10月

第一天 The first day		第二天 The second day	
6:30~	Open 会场开门	6:30~	Open 会场开门
6:30~7:00	(Free) Meditation (各自) 冥想	6:30~7:00	(Free) Meditation (各自) 冥想
7:00~7:45	The World Peace Prayer Meditation 世界和平结圆冥想	7:00~7:45	The World Peace Prayer Meditation 世界和平结圆冥想
8:00~9:20	Bleakfast 早餐	8:00~9:20	Bleakfast & Preparations for check-out 早餐 & 退房准备
9:30~10:30	<b>Lectures</b> 光话	9:30~10:30	<b>Lectures</b> 光话
10:30~11:00	Meditation 冥想	10:30~11:00	Meditation 冥想
11:00~13:00	Intermission 休息	11:00~13:00	Intermission 休息
13:00~14:00	<b>Lectures</b> 光话	13:00~14:00	<b>Lectures</b> 光话
14:00~14:45	Meditation 冥想	14:00~14:45	Meditation 冥想
15:00~15:50	Sharing of a student 学员的分享	15:00~15:50	Sharing of a student 学员的分享
15:50~16:00	Exercise 运动	15:50~16:00	Exercise 运动
16:15~17:00	The World Peace Prayer Meditation 世界和平结圆冥想	16:15~17:00	The World Peace Prayer Meditation 世界和平结圆冥想

※-There are cases in which the schedule is changed

※-课程时间临时改变时请听主办方通知