

# МИЦИАР Аииллиисс

## СЛОУЛЛИНГ, 3 дня (типичное расписание)

ИНТЕРВАЛ	1-ый день	2-ой день	3-ий день
8:00 - 8:30	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК
8:30 - 9:00	8:30 - 9:30 экскурсия по Центру Аииллиисс		
9:00 - 9:30		9:30 - 11:30 Семинар "Иссиидиология" часть 1	9:00 - 10:30 Семинар "ИнтАльт-модель" часть 1
9:30 - 10:00			
10:00 - 10:30	10:00 - 12:45 СУББОТНИК Практика альтруистичного труда и знакомство с командой Центра	12:00 - 13:00 Сердечная медитация	11:00 - 12:30 Семинар "ИнтАльт-модель" часть 2
10:30 - 11:00			
11:00 - 11:30			
11:30 - 12:00			
12:00 - 12:30			
12:30 - 13:00			
13:00 - 13:30		ОБЕД	ОБЕД
13:30 - 14:00			
14:00 - 14:30	СУББОТНИЙ ОБЕД и творческие выступления	14:00 - 16:00 Семинар "Иссиидиология" часть 2	14:00 - 15:30 Итоги слоуллинга, отзывы, перспективы
14:30 - 15:00			
15:00 - 15:30			
15:30 - 16:00			
16:00 - 16:30	16:00 - 17:30 Информация о Центре и программе слоуллинга	16:30 - 18:30 Семинар "Самоанализ и работа над собой"	16:00 - 17:30 Песенная медитация у костра, коллективное общение
16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30	18:00 - 19:30 Сердечная медитация		
18:30 - 19:00			18:30 ТРАНСФЕР В ЯЛТУ
19:00 - 19:30		19:00 - 20:30 Вечерний круг рефлексии + релаксация	
19:30 - 20:00	19:30 - 21:00 Вечерний круг рефлексии + релаксация		
20:00 - 20:30			
20:30 - 21:00		20:30 - 23:00 свободное время	
21:00 - 21:30	21:00 - 23:00 свободное время		
21:30 - 22:00			
22:00 - 22:30			
22:30 - 23:00			

типичное 3-дневное расписание