

МИЦИАР Аииллисс

СЛОУЛЛИНГ, 7 дней (типичное расписание)

ТИПОВОЕ 7-ДНЕВНОЕ РАСПИСАНИЕ

ИНТЕРВАЛ	вс день заезда	пн 1-ый день	вт 2-ой день	ср 3-ий день	чт 4-ый день	пт 5-ый день	сб 6-ой день	вс 7-ой день
8:00 - 8:30		ЗАВТРАК	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК + напутствующая Песня	ЗАВТРАК	ЗАВТРАК + напутствующая Песня	8:00 - 8:45 медитация-релаксация	ЗАВТРАК
8:30 - 9:00		8:30 - 9:30 экскурсия по МИЦИАР	9:00 - 10:30 лекция "Аксиоматика Иссиидиологии", часть 2	9:00 - 12:00 коллективный труд	9:00 - 10:30 семинар "ИнтАльт-модель", часть 3	9:00 - 12:00 коллективный труд	ЗАВТРАК	10:00 - 11:00 визуализация "КОС"
9:00 - 9:30		9:30 - 12:00 коллективный труд	11:00 - 12:00 семинар "ИнтАльт-модель", часть 1		11:00 - 12:30 лекция "Айфааровский образ жизни", часть 1		10:00 - 13:00 субботник	11:00 - 14:00 отдых, общение, сбор вещей
9:30 - 10:00		12:30 - 14:00 лекция "Аксиоматика Иссиидиологии", часть 1	12:30 - 14:00 семинар "ПУИН", часть 2	12:30 - 14:00 лекция "Аксиоматика Иссиидиологии", часть 3	12:30 - 14:00 выполнение домашних заданий, заполнение рабочей тетради	12:30 - 14:00 лекция "Айфааровский образ жизни", часть 2		13:30 - 16:00 СУББОТНИЙ ОБЕД и выступления
10:00 - 10:30		ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	16:00 - 18:00 ИТОГИ СЛОУЛЛИНГА	
10:30 - 11:00		15:00 - 17:00 ТРАНСФЕР из Ялты/Симферополя	15:10 - 16:30 песенная медитация у костра или в шатре	15:00 - 16:00 песенная медитация	15:00 - 16:30 песенная медитация у костра или в шатре	15:00 - 16:30 репетиции, отдых, общение		18:00 - 19:30 семинар "Айфааровский образ жизни", часть 2
11:00 - 11:30		16:30 - 18:00 репетиции, отдых, общение	16:00 - 17:30 репетиции, отдых, общение	16:30 - 18:00 репетиции, отдых, общение	16:30 - 18:00 семинар "Работа с целями и образом Себя", часть 1	16:30 - 18:00 репетиции, отдых, общение	18:00 - 23:00 баня, отдых, общение	
11:30 - 12:00		18:00 - 19:30 семинар "ПУИН", часть 1	17:30 - 19:00 семинар "Айфааровский самоанализ", часть 1	18:00 - 19:30 семинар "ИнтАльт-модель", часть 2	18:30 - 20:30 песенный вечер	18:00 - 19:30 практика "Работа с целями и образом Себя", часть 2		20:00 - 21:30 семинар «Айфааровский самоанализ», часть 2
12:00 - 12:30		20:00 - 22:00 семинар "Основы Медитации" + практика	19:00 - 21:00 общение с Куратором	20:00 - 21:30 семинар "ИнтАльт-модель", часть 2	21:00 - 22:00 песенный вечер	19:30 - 23:00 репетиции, отдых, общение, помощь в подготовке к субботнику	21:00 - 22:00 вечерний самоанализ	
12:30 - 13:00		22:00 - 23:00 отдых, общение	21:00 - 22:00 медитация-релаксация	21:30 - 22:30 медитация-релаксация	21:00 - 22:00 вечерний самоанализ			22:00 - 23:00 отдых, общение
13:00 - 13:30		ОТБОЙ	ОТБОЙ	ОТБОЙ	ОТБОЙ	ОТБОЙ	ОТБОЙ	
13:30 - 14:00		19:00 - 20:00 беседа-знакомство						
14:00 - 14:30		20:15 - 22:00 доклад о Центре Аииллисс и презентация программы слоуллинга						
14:30 - 15:00		22:00 - 23:00 отдых, общение						
15:00 - 15:30		ОТБОЙ						
15:30 - 16:00		ОТБОЙ						
16:00 - 16:30		ОТБОЙ						
16:30 - 17:00		ОТБОЙ						
17:00 - 17:30		ОТБОЙ						
17:30 - 18:00		ОТБОЙ						
18:00 - 18:30		ОТБОЙ						
18:30 - 19:00		ОТБОЙ						
19:00 - 19:30		ОТБОЙ						
19:30 - 20:00		ОТБОЙ						
20:00 - 20:30		ОТБОЙ						
20:30 - 21:00		ОТБОЙ						
21:00 - 21:30		ОТБОЙ						
21:30 - 22:00		ОТБОЙ						
22:00 - 22:30		ОТБОЙ						
22:30 - 23:00		ОТБОЙ						
23:00 - 23:30		ОТБОЙ						

- лекции
- семинары
- практики
- песенные медитации
- групповые медитации
- субботники и праздники
- орг.мероприятия
- отдых, репетиции, обще
- кол.труд
- завтраки и обеды
- отбой