



PLAN DNIA PODCZAS SESJI ROCZNEJ DROGI FORMACJI:

## PRZYKŁADOWY PLAN DNIA

**7.00** ➤ *LECTIO*

**7.30** ➤ LITURGIA GODZIN: jutrznia

➤ Wprowadzenie do *MEDITATIO*

**8.15** ➤ Śniadanie

**9.00 - 9.45** ➤ *MEDITATIO* przed Najświętszym Sakramentem

➤ LITURGIA GODZIN: modlitwa w ciągu dnia

**10.00 - 11.00** ➤ Wykład

**11.00 - 11.30** ➤ Przerwa: kawa/herbata

**11.30 - 12.45** ➤ Wykład

**13.00** ➤ Obiad

**14.30 - 17.30** ➤ Zajęcia w grupie warsztatowej

**17.40** ➤ LITURGIA GODZIN: nieszpory

**18.00** ➤ Kolacja

**19.00** ➤ **EUCHARYSTIA**

**20.15 - 21.15** ➤ *Oratio i Contemplatio* przed Najświętszym Sakramentem