

## HORARI KIDO

### Pràctica del matí

- 6.30h 108 postracions
- 7.00h Cants del matí
- 7.30h Meditació (1 x 30 min)

### Kido

10.30h-12.30h Sutra dels mil ulls i mans (Gran Dharani x 54)

### Kido

15.30h-17.30h Sutra dels mil ulls i mans (Gran Dharani x 54)

### Pràctica de la tarda

- 19.00h Cants de la tarda
- 19.30h Meditació (1 x 1 hora)
- 20.35h Quatre Grans Vots