五一？

说好了没一个去的

五一才放三天

我身体好坏跟你们也没多大关系

呵

各地慈宗道场  
共修（一日禅）作息时间表 （2019-02-10）  
  
上午  
8:00-9:00 报到、备场  
9:00-9:30 上殿（上殿礼佛仪）  
9:30-11:30 上午瑜伽（出坡或修法）  
  
  
中午  
11:30-12:00 集体帮厨  
12:00-12:30 午斋时间  
12:30-13:00 中午瑜伽（休息中修法）  
  
下午  
13:00-13:30  上殿（慈宗修习要仪）  
13:30-14:00  调整时间  
14:00-17:00  下午瑜伽（出坡或修法）  
17:00-17:30  总结、清场  
17:30              告退、离场