

| 第一天 (星期四) | 第二天 (星期五) | 第三天 (星期六) | 第四天 (星期日) |
|--------------|--------------------|------------------------|----------------------|
| | 4:10~5:00 起板、叩鐘、擊鼓 | 5:00~6:40 早課、說戒 | 6:40~8:00 早齋、個人時間 |
| | | 8:10~12:00 演禮、說戒 | 8:00~11:30 懺摩、正授 |
| | | 12:00~13:45 午齋、午休 | |
| | 13:00~14:30 報到、安單 | 14:00~16:20 演禮、說戒 | 13:00~14:00 詭戒 |
| | 15:30~17:00 灑淨 | 16:20~17:00 晚課 | 14:00~16:00 圓滿、善後 |
| | | 17:00~18:00 藥石、盥洗、個人時間 | |
| | 18:30~19:30 安位 | 18:30~19:00 懺摩 | 18:30~19:30 懺摩 |
| | 19:30~21:30 規矩講解 | 19:00~21:30 說戒、演禮 | 19:30~21:30 授幽冥戒 |
| | | | 21:30~22:00 擊鼓、叩鐘、安板 |

作息表