

## Musangsa Temple Stay Schedule

### 무상사 템플스테이 시간표

#### Saturday

시간 (Time)	내용	Contents
2:00 pm	입방, 접수	Arrival/registration/accommodation
2:15 pm	오리엔테이션	Orientation
4:30 pm	저녁 공양	Dinner (optional)
6:00 pm	저녁 예불	Evening chanting
7:00 – 7:40 pm	좌선	Sitting Zen
Around 8:30 pm	취침	Sleep, Lights out

#### Sunday

시간 (Time)	내용	Contents
4:00 am	기상	Wake up
4:25 am	108 배	108 bows
5:00 am	아침 예불	Morning Chanting
5:40 am	좌선	Sitting Zen
6:10 am	아침 공양	Breakfast
6:40 am	운력	Work period
7:20 am	휴식	Rest
8:30 am	대중모임/ 차담	House meeting/ tea break
9:00 am	산행/사시마지 (비 올 경우 선유)	Hiking if no rain/ Sashi maji/ (If it rains, other activity: Seon Yu)
10:50 am	법회 (선택)	Dharma talk in the Buddha hall (Optional)
12:00 pm	점심 공양	Lunch
12:30 pm	뒷정리/ 퇴방	Clean up/ departure