

sitting with the body



00:00 – 06:00 sleeping / *slapen / dormir* / النوم

06:30 – 07:00 **sitting / zitten / s'asseoir** / الجلوس

07:00 – 08:30 practicing *towards lying / oefenen voor liggen / s'exercer à s'allonger* / ممارسة الاستلقاء

08:30 – 09:00 **lying / liggen / s'allonger** / الاستلقاء

09:00 – 10:30 practicing *towards standing / oefenen voor staan / s'exercer à rester debout* / ممارسة الوقوف

10:30 – 11:00 **standing / staan / rester debout** / الوقوف

11:00 – 12:30 practicing *towards walking / oefenen voor gaan / s'exercer à marcher* / ممارسة المشي

12:30 – 13:00 **walking / gaan / marcher** / المشي

13:00 – 14:00 sitting & silent lunchroom / *zitten & stille lunch / s'asseoir & déjeuner silencieux* / الجلوس وغداء صامت

14:00 – 15:30 **resting & making / rusten & knutselen / se reposer & bricoler** / الاستراحة والعمل

15:30 – 17:00 practicing *towards dancing / oefenen voor dansen / s'exercer à danser* / ممارسة الرقص

17:00 – 17:30 **dancing / dansen / danser** / الرقص

17:30 – 19:00 practicing *towards speaking / oefenen voor spreken / s'exercer à parler* / ممارسة الكلام

19:00 – 19:30 **speaking / spreken / parler** / الكلام

19:30 – 21:00 practicing *towards seeing / oefenen voor kijken / s'exercer à regarder* / ممارسة النظر

21:00 – 21:30 **seeing / kijken / regarder** / النظر

21:30 – 23:00 conversation *with guests / gesprek met gasten / conversation avec les invités* / دردشة مع المدعوين

23:00 – 23:30 **sitting / zitten / s'asseoir** / الجلوس

00:00 – 06:00 sleeping / *slapen / dormir* / النوم