

Journée de zazen

Samedi 5 Mars 2022

Dirigée par

Roland Yuno Rech

8h Ouverture du dojo

8h30 - 9h45 Zazen et cérémonie

09h45 Thé ou café

10h - 10h45 Samu

11h - 12h30 Zazen

12h45 - 13h15 Repas
Tiré du sac

13h15 - 14h15 Repos

14h30 - 15h30 Zazen

15h30 - 16h Teisho

16h - 16h30 Mondo

16h30 - 17h30 Zazen

17h30 - 18h15 Pot et rangement dojo



Dojo Zen de Nice
27/29 avenue Jean Médecin
06000 Nice

Frais de participation : 18€ Chômeurs, étudiants : 12€

S'inscrire : Tél : 04 93 80 81 49 zen-nice.org

Mail : dojozennice-office@wanadoo.fr