

PRATIQUE INTENSIVE A BONDY

Du 28 mars au 1er avril

Dirigée par Antoine Charlot



Le zazen que le Bouddha pratiqua avant son éveil sous l'arbre de la Bodhi est un exemple pour nous. Il se caractérise par une totale immersion et par une insistance sans cesse renouvelée.

PROGRAMME - chaque journée

7h30	Ouverture du centre
8h-10h30	Zazen (x4) - Kin hin (x3)
10h30	Petit déjeuner - Café
11h30-14h	Zazen (x4) - Kin hin (x3)
14h	Repas déjeuner - Café
15h30-18h	Zazen (x4) - Kin hin (x3)

Centre Zen de Bondy

79 bis rue Roger Salengro
93140 Bondy

Renseignements et Inscriptions

contact@esprit-veil.org - 06.58.12.21.74

Participation

Par journée : 35€ - Les 5 jours : 150€
Etudiants chômeurs : 30€/j - 125€ les 5 jours
Inscription possible à 1, 2, 3, 4 ou 5 jours

Pour les possibilités d'hébergement et les participations correspondantes, nous consulter

