

# ZEN A BONDY

PRATIQUE INTENSIVE AVEC ANTOINE CHARLOT



## SESSHIN

DU 6 AU 8 SEPTEMBRE

DU 4 AU 6 OCTOBRE

DU 1<sup>ER</sup> AU 3 NOVEMBRE

## ROHATSU

DU 4 AU 8 DÉCEMBRE

INSCRIPTION  
POSSIBLE À 1, 2, 3, 4  
OU 5 JOURS

### PROGRAMME CHAQUE JOURNÉE

<b>7h30</b> OUVERTURE DU CENTRE	<b>10h30</b> PETIT DÉJEUNER & CAFÉ	<b>14h</b> REPAS DÉJEUNER & CAFÉ
<b>8h à 10h30</b> ZAZEN (X4) KIN HIN (X3)	<b>11h30 à 14h</b> ZAZEN (X4) KIN HIN (X3)	<b>15h30 à 18h</b> ZAZEN (X4) KIN HIN (X3)

### PARTICIPATION

PAR JOURNÉE : 35€ • 3 JOURS : 105€ • 5 JOURS : 150€  
ETUDIANTS, CHÔMEURS : 30€/J • 75€/3 JOURS • 125€/5 JOURS

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

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : [contact@esprit-veil.org](mailto:contact@esprit-veil.org) • 06.58.12.21.74

**CENTRE ZEN DE BONDY**

79 BIS RUE ROGER SALENGRO • 93140 BONDY • [WWW.ESPRIT-EVEIL.ORG](http://WWW.ESPRIT-EVEIL.ORG)