

ZEN A BONDY

PRATIQUE INTENSIVE AVEC ANTOINE CHARLOT



SESSHIN

DU 10 AU 12 JANVIER

DU 7 AU 9 FÉVRIER

DU 7 AU 9 MARS

DU 4 AU 6 AVRIL

INSCRIPTION
POSSIBLE À 1, 2, 3
JOURS

PROGRAMME CHAQUE JOURNÉE

7h30

OUVERTURE
DU CENTRE

8h à 10h30

ZAZEN (X4)
KIN HIN (X3)

10h30

PETIT DÉJEUNER
& CAFÉ

11h30 à 14h

ZAZEN (X4)
KIN HIN (X3)

14h

REPAS DÉJEUNER
& CAFÉ

15h30 à 18h

ZAZEN (X4)
KIN HIN (X3)

PARTICIPATION

PAR JOURNÉE : 35€ • 3 JOURS : 105€

ETUDIANTS, CHÔMEURS : 30€ / J • 75€ / 3 JOURS

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

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS : contact@esprit-eveil.org • 06.58.12.21.74

CENTRE ZEN DE BONDY

79 BIS RUE ROGER SALENGRO • 93140 BONDY • WWW.ESPRIT-EVEIL.ORG