

Im Dojo zuhause, im Dojo zu Gast

Während des Frühjahrsamps vom 21.-29.3.2020 seid ihr auch zu einzelnen Zazen und den anderen Programmpunkten wie Samu/Nähen, Bar, Fest etc. willkommen! Fragen zum Ablauf beantworten wir gerne direkt (s.u.).



Die genauen Zeiten während des Sesshin findet ihr hier:

Donnerstag, 26.3.	Freitag, 27.3.	Samstag, 28.3.	Sonntag, 29.3.	Montag, 30.3.	Dienstag, 31.3.
optional:	7:30 Zazen	7:30 Zazen	7:30 Zazen		
9 Uhr Frühstück	9:15 Genmai/Frühstück	9:15 Genmai/Frühstück	9:15 Genmai/Frühstück		
	10 Reinigungszeit	10 Reinigungszeit	10:15 Samu		F
F	10:30 Samu	10:30 Samu	11 Zazen	F	R
R	11 Zazen	11 Zazen	12:45 Ordinationen	R	E
E	12:45 Mittagessen	12:45 Mittagessen	13:30 Aperitif	E	I
I	Pause	Pause	14 Festessen	I	
	14:30 - 16 Samu	14:30 - 16 Samu	15:30 Aufräum-Samu		
Ankunft abends	16:30 Zazen	16:30 Zazen			
		17 Einführung (parallel)			
	19 Abendessen	19 Abendessen			
20:30 Essen	20:30 Zazen	20:30 Zazen	20:30 Abendessen im Restaurant		
		21:05 Dokusan (parallel)			
	21:45 Mushotoku-Bar	21:45 Mushotoku-Bar			
	23 Nachtruhe	23 Nachtruhe			

Die **markierten Zazen** sind in eurem Monatsbeitrag enthalten. Ansonsten gelten die üblichen Beiträge für einzelne Zazen; für andere Programmpunkte / Teile fragt gerne an. Ihr könnt im Dojo im Schlafsaal übernachten, um abends / morgens teilzunehmen - meldet euch dafür bitte vorher, damit wir einen Platz reservieren: +49 (0)30 447 62 60, mail@zen-berlin.de