

JOURNEE de ZAZEN

au DOJO de MONTREUIL

dimanche 22 octobre 2023

dirigée par **Gérard CHINREI PILET**



LIEU :

Dojo Zen de Montreuil
54 avenue Berlioz - 93100 - Montreuil

INSCRIPTIONS par mail svp :

dojodelephantblanc@gmail.com

RENSEIGNEMENTS :

Annick Laurent : 06 76 81 65 50

Premier zazen 8h

Ouverture des portes 7h30
Fin de la journée aux environs de 17h30

Apporter obligatoirement son bol, sa
cuillère, son zafu.
un zafuton ou couverture si possible.

PARTICIPATION :

- 35 euros la journée
- 20 euros la 1/2 journée