

méditation zen

le dimanche 1er novembre 2015

avec Pascal-Olivier Kyōsei Reynaud



accueil : 8h00

zazen : 8h30

zazen : 11h

repas pris sur place

atelier Do In : 14h00

*compréhension de la posture
par le corps*

zazen : 16h00

fin de la journée vers 18h00

*Prévoir votre bol, vos couverts
et vêtements souples*

Repas inclus, tarif de la journée : **25 €**

Renseignements et inscriptions* :

tel fixe : **04 68 49 12 82**

portable : **06 81 19 06 68 - 06 67 39 20 62**

mail : **marty.f@wanadoo.fr**

** inscriptions souhaitées avant le vendredi 30 octobre*

Méditation Zen à Narbonne

5 rue des Thermes - Studio 11 - 11100 Narbonne

site : <http://meditation-zen-narbonne.fr>