

Journée ZAZEN

Dimanche 6 JANVIER 2019

au dojo de Montpellier

avec Pascal-Olivier Kyōsei Reynaud

Pascal-Olivier Kyōsei Reynaud est un des responsables du dojo de Narbonne, moine zen il a reçu la transmission de Maître Roland Yuno Rech.

Accueil à partir de 8h
1^{er} zazen à 8h30
Fin de journée 18h30

Apporter pour le zazen : une tenue confortable et sombre, un zafu si vous avez.

Apporter pour les repas : un bol avec une serviette pour l'entourer, une petite serviette blanche pour le nettoyer, des couverts ainsi qu'un plat salé ou sucré (repas partagé).

Pour l'inscription et pour tout renseignement nous contactez au :
06 03 46 40 80
ou dojozenmontpellier@lilo.org

Inscription souhaitée avant le 31 décembre 2018

Tarifs : 20 euros la journée (15 euros TR)

Accès au dojo de Montpellier :

Depuis la gare de Montpellier, comptez une vingtaine de minutes pour rejoindre le dojo en **tramway, par la ligne 3, arrêt Pergola**. Le dojo est situé au **856 rue d'Alco**, au niveau des grilles vertes indiquant « **Les pyramides d'Alco** », 20 mètres plus loin que l'arrêt Pergola, sur le même côté, lorsqu'on vient du centre ville ; appuyez sur la sonnette yoga une première fois, montez les marches et appuyez une deuxième fois sur la sonnette yoga du bâtiment de droite ; entrez, c'est tout de suite à gauche.

Pour se garer

Vous trouverez des places libres dans la rue Serge Lifar (perpendiculaire à la rue d'Alco) qui mène à **l'Hôtel de Département**, à 100 m du dojo.



Association Zen de Montpellier

Centre de Yoga, 856 rue d'Alco, Les Pyramides d'Alco

<http://zen-montpellier.org>



[Méditation Zen - Association Zen de Montpellier](#)