



# Nuit de méditation zen

samedi 6 - Dimanche 7 décembre 2025

avec Pascal-Olivier Kyōsei Reynaud

Studio11  
5 rue des Thermes  
11100 Narbonne

Tarif : 20 €

Commémoration annuelle  
de l'Éveil du Bouddha

accueil : 21:00

zazen : 21:30

thé-collation : 24:00

zazen : 01:00

fin de la nuit vers 03:00

*Prévoir votre bol, couverts,  
zafu et zafuton*

**Sur inscription**

*avant le jeudi 4 décembre 2025*

mail : [dojozen11@gmail.com](mailto:dojozen11@gmail.com)



Méditation Zen Narbonne  
<https://meditation-zen-narbonne.fr>

