

Tagesplan ZazenKai Zendojo FreiRaum

10.00 Uhr - 10.30 Uhr	Zazen
10.30 Uhr - 10.40 Uhr	KinHin
10.40 Uhr - 11.10 Uhr	Zazen
11.10 Uhr - 11.20 Uhr	KinHin
11.20 Uhr - 11.50 Uhr	Zazen
11.50 Uhr - 12.00 Uhr	KinHin
12.00 Uhr - 12.30 Uhr	Zazen
12.30 Uhr - 12.40 Uhr	Rezitation
12.40 Uhr	Vesper / Pause
13.30 Uhr - 14.30 Uhr	Gehmeditation im Freien
14.30 Uhr - 15.30 Uhr	Bogenübung
15.30 Uhr - 16.00 Uhr	Zazen
16.00 Uhr - 16.05 Uhr	Rezitation

