

# Zendo Inneres Lind

## Zazen-Halbtage

### Programm

09.15	Eintreffen
09.30 – 10.30	Zazen / Kinhin
10.30	Intervall (Tee, Kaffee, Früchte)
10.45 – 11.15	Vortrag
11.15 – 12.40	Zazen / Kinhin / Einzelgespräch
12.40 – 13.00	Rezitation / Austausch
13.00	Schluss



DO – Weg Kalligraphie von Sanae Sakamoto