

Tagesablauf Zazenkai

10:00	Einführung Sutren Rezitation
10:15	Zazen / Dokusan
12:00	Mittagessen
13:30	Zazen / Dokusan
13:45	Teisho
15:00	Zazen / Dokusan
15:45	Sutren Rezitation Schlusswort
16:00	Ende des Zazenkai