

## SESSHIN – HORARIO

| Viernes   | Actividad      | Sábado   | Actividad  | Domingo                           | Actividad          |
|---|----------------|--|--|-----------------------------------|--------------------|
| Canarias 18:00<br>Península 19:00   | INTRODUCCIÓN   | Canarias 8:00<br>Península 9:00  | ZAZEN Y RECITADO   | Canarias 8:00<br>Península 9:00   | ZAZEN Y RECITADO   |
| Canarias 18:30<br>Península 19:30   | ZAZEN          | Canarias 9:00<br>Península 10:00   | LIBRE  | Canarias 9:00<br>Península 10:00  | LIBRE              |
| Canarias 19:30<br>Península 20:30   | TEISHO         | Canarias 10:00<br>Península 11:00  | ZAZEN  | Canarias 10:00<br>Península 11:00 | ZAZEN              |
| Canarias 20:30<br>Península 21:30   | ZAZEN / CIERRE | Canarias 10:30<br>Península 11:30  | TEISHO   | Canarias 10:30<br>Península 11:30 | TEISHO             |
|  |                | Canarias 11:30<br>Península 12:30  | KINHIN   | Canarias 11:30<br>Península 12:30 | KINHIN             |
|   |                | Canarias 11:45<br>Península 12:45  | ZAZEN  | Canarias 11:45<br>Península 12:45 | ZAZEN              |
|   |                | Canarias 13:00<br>Península 14:00  | CIERRE   | Canarias 12:30<br>Península 13:30 | ESPACIO DE PALABRA |
|   |                | <i>Invitamos a que cada practicante dedique la tarde a la práctica de Zazen.</i> |  | Canarias 13:00<br>Península 14:00 | CIERRE             |
|   |                |  | <i>Invitamos a que cada practicante dedique la tarde a la práctica de Zazen.</i> |                                   |                    |