

**3 octobre 2021**

## **Journée zazen à Quimper**

Organisée par l'association Zen Vagabond en Finistère

*Dirigée par Serge Agoston, moine zen*



Serge Shin Shin Agoston été ordonné moine zen en 2002 par Philippe Rei Ryu Coupey.

Il pratique et enseigne au Dojo Zen de Bordeaux.

## **Renseignements pratiques**

### **Déroulement de la journée :**

Premier zazen à 8h30 (arrivée un quart d'heure avant). Fin du dernier zazen 17h30.  
Un pot sera ensuite servi en fin de journée.

### **Lieu :**

*Salle de l'Avenue*

43, av. de la France libre, Quimper.

### **Amener :**

- Un zafu ou siège de méditation
- Un zafuton ou couverture, le sol étant un parquet
- Une tenue ample et sombre
- Ses bols, cuillère, serviette (attention, il n'y a pas de matériel de cuisine sur place, n'oubliez donc pas vos ustensiles...)
- Son masque

### **Tarifs :**

Le prix de la journée est fixé à 25€. Pour personne à faible revenu, tarif réduit à 15 € sur demande. Possibilité de couchage chez l'habitant pour ceux qui viennent de loin le samedi soir.

### **Considérations sanitaires :**

Nous suivrons les directives sanitaires en vigueur autant que possible.

### **Renseignements et inscription :**

Marie-Christine Hue : [bleizhdhue@gmail.com](mailto:bleizhdhue@gmail.com). Tel. : 06 43 08 41 98

*Nombre de participants limité – inscrivez-vous sans trop tarder !*