

INFORMATIONS ET INSCRIPTIONS

Inscription par e-mail auprès de :
brizardcaroline.44@gmail.com

Un règlement anticipé par virement est souhaitable.

Contact : sylvie.renou@orange.fr

Tarif unique :
170 €

POUR S'Y RENDRE

Abbaye Royale de Bourgueil en Touraine
2bis, Avenue le Jouteux
37 140 BOURGUEIL



En voiture : De **Nantes** 1h40, de **Paris et Rouen** 3h, **Bordeaux et Quimper** 3h30, **Lyon** 4h20, **Lille et Toulouse** 5h20

En train : Gare la plus proche : gare TER Port-Boulet (5 minutes en voiture du lieu), gare TGV de Tours (40 minutes du lieu en voiture)

Des navettes seront organisées, sur demande à envoyer à Caroline Brizard :
brizardcaroline.44@gmail.com

SESSHIN
de la Sangha Sans
Demeure
23 au 25 Mai 2026

Dirigée par
François Taiku Lang
moine zen



www.zen-road.org



ARRIVÉE

Vendredi 22 Mai à partir de 17 heures.

DÉPART

Dimanche 25 Mai vers 15 heures après le samu nettoyage.

APPORTER

- zafu
- habits confortables de couleur sombre
- bol, serviette, cuillère et fourchette
- chaussures pour l'intérieur
- Un bon couteau (pour anticiper le manque de bons couteaux de cuisine)
- Draps et oreillers fournis

L'utilisation des téléphones portables est fortement déconseillée pendant la sesshin.



François Taiku Lang

François Taiku Lang sera responsable de l'enseignement pendant la sesshin. Il a commencé la pratique du zen en 1992 au dojo de Nantes et a reçu l'ordination de moine de Philippe Rey Ryu Coupey en 1995 au temple de la Gendronnière. Il assure la direction du dojo de Nantes depuis plus de 20 ans. En février 2018, il a reçu la transmission de P. Coupey dans la lignée de maître Deshimaru.

L'enseignement sera donné en français.

Informations

Des navettes seront organisées à l'arrivée et au retour pour la gare TER de Port Boulet

Envoyez vos horaires d'arrivée et demandes de navettes à brizardcaroline.44@gmail.com