

## November

---

Donnerstag	2. Nov. 17	18.30 - 20 Uhr	Zazen + Yoga
Freitag	3. Nov. 17	9-12 u 14-17 Uhr	Offenes Sitzen
Samstag	4. Nov. 17	9 - 12.30 Uhr	Zazen
Dienstag	7. Nov. 17	19 - 20.30 Uhr	Zazen, anschließend Teeabend
Donnerstag	9. Nov. 17	18.30 - 20 Uhr	Zazen mit Yoga-Unterstützung
Sonntag	12. Nov. 17	16 - 18 Uhr	Zazen mit Zenmeisterin Doris Zölls
Dienstag	14. Nov. 17	19 - 20.30 Uhr	Zazen
Donnerstag	16. Nov. 17	18.30 - 20 Uhr	Zazen mit Yoga-Unterstützung
Dienstag	21. Nov. 17	19 - 20.30 Uhr	Zazen
Donnerstag	23. Nov. 17	18.30 - 20 Uhr	Zazen mit Yoga-Unterstützung
Freitag	24. Nov. 17	9-12 u 14-17 Uhr	Offenes Sitzen
Samstag	25. Nov. 17	9 – 13 Uhr	Zazen/Achtsamkeit in einer Schale Tee
Dienstag	28. Nov. 17	19 - 20.30 Uhr	Zazen
Donnerstag	30. Nov. 17	18.30 - 20 Uhr	Zazen mit Yoga-Unterstützung

Weitere Veranstaltungen und Kurse finden Sie am Aushang und im Internet