

ZEITPLAN

KOAN-STUDIENPROGRAMM

Online Teilnahme 18.06. - 22.06.2025

18.06.	19.06.	20.06.	21.06.	22.06.
	5:15 Han 5:30 Zazen 6:10 Kinhin 6:20 Zazen 7:00 Sutra Rezitation 7:25 Ende Rezitation 9:30 Han 9:45 Zazen 10:15 Teisho Trommel 10:25 Densho Glocke 10:40 Teisho 11:20 Ende Teisho 15:30 optional: Seminar-einführung vor Ort, ca. 10 Min 19:00 Willkommens-treffen 20:15 Han 20:30 Zazen 21:00 Gute Nacht	5:15 Han 5:30 Zazen 6:10 Kinhin 6:20 Zazen 7:00 Sutra Rezitation 7:25 Ende Rezitation 9:30 Han 9:45 Zazen 10:15 Teisho Trommel 10:25 Densho Glocke 10:40 Teisho 11:20 Ende Teisho 15:30 optional: Seminar-einführung vor Ort, ca. 10 Min 19:00 Austausch 19:40 Han 19:55 Zazen 20:25 Intervall 20:30 Zazen 21:00 Gute Nacht	5:15 Han 5:30 Zazen 6:10 Kinhin 6:20 Zazen 7:00 Sutra Rezitation 7:25 Ende Rezitation 9:30 Han 9:45 Zazen 10:15 Teisho Trommel 10:25 Densho Glocke 10:40 Teisho 11:20 Ende Teisho 15:30 optional: Seminar-einführung vor Ort, ca. 10 Min 19:00 Austausch 19:40 Han 19:55 Zazen 20:25 Intervall 20:30 Zazen 21:00 Gute Nacht	6:15 Han 6:30 Zazen 7:15 Rezitation 9:00 Abschlusstreffen

*Dauer der Online Treffen ca. 60 Min, moderiert von Beate Aldag

Legende:
Han: Holzbrett, mit dem zum Zazen gerufen wird
Teisho: Vortrag