



Aikido Schule  
Gawan  
Errenst



[www.aikido-schule-errenst.de](http://www.aikido-schule-errenst.de)

# Zazen-Tag Dezember 2018

Termin:	Samstag	08.12.2018	07:00 – 18:00 Uhr	
Leitung:	Gawan Errenst	Zazen-Praxis seit 2005		
Programm:	07:00	–	09:00 Uhr	Meditation
	09:00	–	10:00 Uhr	Pause
	10:00	–	11:50 Uhr	Meditation
	11:50	–	12:30 Uhr	Mittagessen
	12:30	–	13:25 Uhr	Pause
	13:25	–	15:15 Uhr	Meditation
	15:15	–	16:10 Uhr	Pause
	16:10	–	18:00 Uhr	Meditation
Kosten:	Dojomitglieder	10,- €		
	Gäste	20,- €		
Dojo:	Charlottenstraße 14 52070 Aachen – Frankenberg			
Hinweis:	Wenn das Tor bei Charlottenstr. 14 geschlossen ist, dann bitte die Einfahrt bei folgender Adresse nutzen: Sophienstr. 8 52070 Aachen			
Telefon:	0176 8505 9090			
Mail:	<a href="mailto:gawan@aikido-schule-errenst.de">gawan@aikido-schule-errenst.de</a>			
Anmeldung:	Bitte bis zum 06.12.2018 per Mail oder Telefon			
Übernachtung:	Im Dojo kann übernachtet werden			

Herzliche Grüße  
Gawan Errenst