



**Aikido Schule  
Gawan  
Errenst**

Charlottenstraße 14  
52070 Aachen – Frankenberg  
Tel 0176 8505 9090  
gawan@aikido-schule-errenst.de  
www.aikido-schule-errenst.de

# Zazen-Nachmittag im Dezember 2015

Hiermit möchte ich herzlich zu einem Zazen-Nachmittag am 5. Dezember 2015 einladen.

Dojo: Charlottenstraße 14  
52070 Aachen – Frankenberg

Programm: Samstag, 05.12.2015  
15:30 Uhr Einführung  
16:00 Uhr Meditation (Zazen, Kinhin, Rezitation)  
18:00 Uhr Tee  
18:30 Uhr Ende

Lehrerin: Renate Arlt Zazen-Praxis seit 1983, Zen-Nonne

Kosten: Spende

Anmeldung: Per Email an „gawan@aikido-schule-errenst.de“ bis zum 04.12.2015

Mit freundlichen Grüßen  
Gawan Errenst