



Inscripción al Retiro de Contemplación/Zen del 3 al 7 de Diciembre de 2021

Deseo ser inscrito al sesshin de zen del 3 al 7 de Diciembre en Los Carmelitas de Toledo, en la modalidad que aporoto a continuación:

NOMBRE Y APELLIDOS	
DIRECCIÓN	
TELEFONO Y EMAIL	
TIPO DE ALOJAMIENTO (hab. Individual o doble compartida)	
PRACTICA ANTERIOR DE CONTEMPLACIÓN/ZEN	
Observaciones (incluyendo tiempo de sesshin y dieta)	

En _____, a _____ de _____ de 2021

Firma

(Enviar esta suscripción a org@espirituyzen.org)

Tarifas

RETIRO COMPLETO

Habitación individual.- 325 € en pensión completa

NOTA IMPORTANTE: Se requiere un deposito de 60 € mediante pago transferido a la cuenta de la **ESPIRITU Y ZEN** de Open Bank No **ES43 0073 0100 5705 0612 1579 BIC: OPENESMM** de la **Asociación Espiritu y Zen**, indicando "Retiro de Diciembre de 2021" para confirmar la reserva.

Notas.

El menú es vegetariano en dieta única, con comidas en silencio

Durante el conjunto del retiro se exige silencio completo y puntualidad estricta.

La hora de llegada el día 3 de diciembre es antes de las 18:00 horas. En caso de imposibilidad avisar.

Traer ropa cómoda, como para andar por casa, unas chanclas o zapatillas, y una prenda de abrigo para las salidas a exterior. Se recomienda también gorro

Se dispone de toallas y mantas o edredones en todas las opciones.