



## HORARIO DEL RETIRO

DEL 31 DE JULIO AL 4 DE AGOSTO DE 2021:

### SABADO 31 DE JULIO DE 2021

HORA

18.00 – 19:00	Recepción y alojamiento
19.00 – 20:00	<b>BIENVENIDA E INTRODUCCIÓN</b>
20.00 – 20.45	Cena
20.45 – 22.00	Zazen –Kinhin - Zazen y cierre del día

### DOMINGO 1 DE AGOSTO DE 2021

HORA

7:00 – 7:30	Levantarse
7:30 – 8:00	Kinhin rapido (Jardín)
8:00 – 9:00	Zazen – Kinhin – Zazen
9:00 – 9:10	Recitación
9:15 – 9:45	Desayuno
9:45 – 11:00	Samu
11:15 – 12:45	Zazen – Kinhin – Zazen - Kinhin – Zazen
12:45 – 13:15	Paseo o ejercicios
13:15 – 14:15	Zazen —Kinhin – Zazen - Recitación
14:15 – 15:30	Almuerzo
15:30 -16:30	Descanso e infusión
16:30 – 17:00	Kinhin Rapido
17:00 – 18:00	Zazen — Kinhin - Zazen – Entrevistas personales
18:00– 19:00	<b>Teisho</b>
19:00 – 20:15	Zazen — Kinhin – Zazen - Recitación
20:15 – 21:15	Cena
21:15 – 22:15	Zazen –Kinhin – Zazen – Cierre del día

### LUNES 2 DE AGOSTO DE 2021

HORA

7:00 – 7:30	Levantarse
7:30 – 8:00	Kinhin rapido (Jardín)
8:00 – 9:00	Zazen – Kinhin – Zazen
9:00 – 9:10	Recitación
9:15 – 9:45	Desayuno
9:45 – 11:00	Samu
11:15 – 12:45	Zazen – Kinhin – Zazen - Kinhin – Zazen
12:45 – 13:15	Paseo o ejercicios
13:15 – 14:15	Zazen —Kinhin – Zazen - Recitación
14:15 – 15:30	Almuerzo
15:30 -16:30	Descanso e infusión
16:30 – 17:00	Kinhin Rapido
17:00 – 18:00	Zazen — Kinhin - Zazen – Entrevistas personales



18:00– 19:00	<i>Teisho</i>
19:00 – 20:15	Zazen — Kinhin – Zazen - Recitación
20:15 – 21:15	Cena
21:15 – 22:15	Zazen –Kinhin – Zazen – Cierre del día

## MARTES 3 DE AGOSTO DE 2021

HORA

7:00 – 7:30	Levantarse
7:30 – 8:00	Kinhin rapido (Jardín)
8:00 – 9:00	Zazen – Kinhin – Zazen
9:00 – 9:10	Recitación
9:15 – 9:45	Desayuno
9:45 – 11:00	Samu
11:15 – 12:45	Zazen – Kinhin – Zazen - Kinhin – Zazen
12:45 – 13:15	Paseo o ejercicios
13:15 – 14:15	Zazen —Kinhin – Zazen - Recitación
14:15 – 15:30	Almuerzo
15:30 -16:30	Descanso e infusión
16:30 – 17:00	Kinhin Rapido
17:00 – 18:00	Zazen — Kinhin - Zazen – Entrevistas personales
18:00– 19:00	<i>Teisho</i>
19:00 – 20:15	Zazen — Kinhin – Zazen - Recitación
20:15 – 21:15	Cena
21:15 – 22:15	Zazen –Kinhin – Zazen – Cierre del día

## MIÉRCOLES 4 DE AGOSTO DE 2021

HORA

7:00 – 7:30	Levantarse
7:30 – 8:00	Kinhin rapido (Jardín)
8:00 – 9:00	Zazen – Kinhin – Zazen
9:00 – 9:10	Recitación
9:15 – 9:45	Desayuno
9:45 – 11:00	Samu
11:15 – 12:45	Zazen – Kinhin – Zazen - Kinhin – Zazen
12:45 – 13:15	Paseo o ejercicios
13:15 – 14:15	Zazen —Kinhin – Zazen – FINAL DE SESSHIN
14:15 – 15:30	Almuerzo comunal