



Inscripción al Retiro de Zen de primavera de 2024

Deseo ser inscrito al retiro de zen del 27 al 30 de marzo, en la modalidad que apor to a continuación:

NOMBRE Y APELLIDOS	
DIRECCIÓN	
TELEFONO Y EMAIL	
PRACTICA ANTERIOR DE CONTEMPLACIÓN/ZEN (si primera vez)	
Opción de inscripción	Presencial <input type="checkbox"/> Online <input type="checkbox"/>
Observaciones, incluyendo restricciones dietéticas	

En _____, a _____ de _____ de 2013

Firma

(Enviar esta suscripción a org@espirituyzen.org)

Tarifas

RETIRO COMPLETO

€210 en pensión completa + €170 por la actividad = 380€

NOTA IMPORTANTE: Se requiere un depósito de 60 € mediante transferencia transferido a la cuenta de la ESPÍRITU Y ZEN de Open Bank No **ES43 0073 0100 5705 0612 1579 BIC: OPENESMM de la Asociación Espiritu y Zen**, indicando “Retiro de primavera de 2024. El resto del pago se podrá hacer en metálico en la llegada o mediante transferencia.

En caso de conexión on-line se pide una aportación de 170 € para el retiro completo. Preguntar si dificultades económicas

Notas.

El menú es principalmente vegetariano en dieta única (salvo el ultimo día), con comidas en silencio (se respetarán las indicaciones dietéticas personales)

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

La hora de llegada es el día 27 de marzo antes de las 18:00 horas (si retraso hablar con Pedro). En caso de imposibilidad avisar.

Traer ropa cómoda, como para andar por casa, unas chanclas o zapatillas, calzado de andar en el exterior. Se dispone de mantas o edredones en todas las estancias. Por favor traer toalla. Hay calefacción y aire centralizado.