



## Inscripción al Retiro de Zen de verano de 2024

Deseo ser inscrito al retiro de zen del 27 al 30 de Junio, 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 2024

Firma

(Enviar esta suscripción a [org@espirituyzen.org](mailto:org@espirituyzen.org))

### ***Tarifas***

#### **RETIRO COMPLETO**

€180 en pensión completa + €170 por la actividad = 350€

**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. Preguntar si dificultades económicas

**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 junio 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 aire acondicionado centralizado.