

AIKISHINTAISŌ

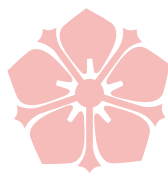
STAGE DIRETTO DA HANSHI COGNARD



KARMA
DESTINO
LIBERTÀ INDIVIDUALE

25-26 MAGGIO 2019

MONASTERO ZEN SANBO-JI



AIKISHINTAISŌ

STAGE DIRETTO DA HANSHI COGNARD

TEMA: KARMA, DESTINO, LIBERTÀ INDIVIDUALE

Lo stage si svolgerà nel monastero Zen Soto di Sanbo-ji nelle colline vicino a Berceto (Parma). Si alloggia nel monastero in pensione completa in camere da 4-6 letti. Cucina vegetariana. Possibilità di praticare zazen con i monaci mattina e sera. **La disponibilità di posti è limitata (23 uomini e 22 donne) per cui vi preghiamo di comunicare il prima possibile la vostra intenzione di partecipare allo stage**

ORARI

Sabato 10.00 - 12.00 e 16.00 - 18.30

Domenica 9.30 - 12.30

COSTI

Lo stage **80€**

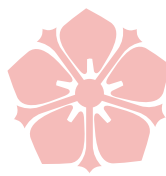
Il corso **30€**

INFORMAZIONI E ISCRIZIONE

AACTG tel. +39 333 649 72 24 e-mail: informazioni@aactg.it www.aactg.it
www.monasterozen.it



25-26 MAGGIO 2019 MONASTERO ZEN SANBO-JI



AIKISHINTAISO

STAGE DIRETTO DA HANSHI COGNARD

COME ARRIVARE AL MONASTERO ZEN DE SANBO-JI

IN AIUTO

E' consigliato seguire queste indicazioni, il GPS vi può mandare su delle strade poco agevoli. Il monastero si trova in località Pradaiole 37 a Pagazzano (PR). Ci si arriva da Berceto (Autostrada A15 Parma/Spezia).

Dal casello di Berceto al monastero ci sono circa 12 Km.

Dall'uscita di Berceto prendere a sinistra per Berceto; si arriva in un punto dove la strada costeggia un giardino pubblico, si gira a sinistra e poi a destra allo stop (il primo che si incontra) girare a destra e costeggiare il giardino fino allo Stop successivo in cima alla salita. Qui girare a sinistra e seguire i cartelli per Pagazzano.

Percorrere la strada nel bosco fino ad arrivare in vista di Pagazzano. Dopo aver superato il cartello bianco con la scritta nera: Pagazzano si vede la piccola chiesa di San Rocco.

Prima di arrivare alla chiesa a destra comincia la strada che scende al monastero. Seguire l'indicazione per Lagodignano. su questa strada, alla prima piazzola si vede una stradina che scende nel bosco a sinistra. Proseguite per questa strada fino al parcheggio con un cartello in legno dove si deve lasciare l'auto. Di lì si prosegue a piedi per circa 10 minuti fino a Sanbo-ji.

IN TRENO

linea Parma La Spezia, stazione di Ghiare di Berceto. Da lì bisogna prendere il pronto bus che si deve prenotare in anticipo chiamando il numero 840 222 223 o chiamare un taxi (tel 0039 3387402159, Sig. Claudio Rustici)

COSA PORTARE

- lenzuola ad una piazza o sacco a pelo. E' possibile usare le lenzuola del monastero al costo di 10 euro
- necessario per toilette (asciugamani, sapone)
- vestiti comodi e scarpe comode per camminare all'esterno
- all'interno del monastero si cammina senza scarpe con le calze e nella sala di meditazione a piedi nudi, senza calze