

HORARIOS

CURSO ZEN SHIATSU

VIERNES

16:00h Llegada a Shorin-Ji

17:00 Comienzo. Teoría y técnicas básicas

19:30h a 21:00h Zazen

21:30 Cena

SÁBADO

7:30h a 9:00h Zazen

9:00 a 9:30h Desayuno

9:30h a 12:00h Secuencia Prono

12:00h a 14:00h Secuencia Supino

14:30h Comida y descanso

16:00h a 17:30h Dar Secuencia Completa

17:30h a 19:00h Recibir Secuencia Completa

19:30h a 21:00h Zazen

21:30h Cena

DOMINGO

7:30h a 9:00h Zazen

9:00 a 9:30 Desayuno

9:30h a 13:00h Repaso técnicas, secuencias y preguntas.

14:30h Fin del curso