

Concha Quintana 630.94.07.80 www.conchaquintana.net	La Vía del ejercicio - Calendario 2018	SEGUNDO SEMESTRE
--	---	-------------------------

Dojo: c/Ayala - semisótano - Madrid	ZAZEN Meditar en silencio	SEMANAL: Miércoles: Mañanas de 7:00 a 8:00 h. Tardes: de 19:30 a 21:30 h.															
		Enero		Febrero		Marzo		Abril		Mayo		Junio					
		MENSUAL: Sábados : Tardes de 17:00 a 20:00 h. (es necesario inscribirse)															
		Día 21			Día 15			Día 20			Día 17			Día 15			
		Retiros												Días 22 y 23 Retiro de Navidad			
LEIB (1) El camino del cuerpo			Días 7 y 8 Viernes 20 (2)			Viernes 14 (2)			Días 6 y 7 Viernes 19 (2)			Viernes 16 (2)			Viernes 14 (2)		
ARCILLA (1) El tacto es el sentido de lo profundo									Jueves 11 de 10:00 a 14:00 h.			Jueves 15 de 10:00 a 14:00 h.			Jueves 13 de 10:00 a 14:00 h.		
Fuera de Madrid	RETIROS DE SILENCIO Y EJERCICIO (Zazen) (3)			Del 6 al 12 Santa Brígida (Gran Canaria) 922-63.71.09 666.83.78.17			Del 28 al 30 (4) Aracena (Huelva) 95-560.14.10 677.75.71.17			Del 2 al 4 (4) Córdoba 957-48.20.91 667.28.55.57							
	Para más información en teléfonos indicados									Sesshin			Del 5 al 9 (2) Palacios de Benaver (Búrgos) 630.94.07.80				

Observaciones: (1) Ejercicio en grupo (máx. 10 personas). Para acompañamiento individual, solicitar cita previa.
 (2) Talleres mensuales de 4 horas de duración (17 a 21 h.)
 (3) Para asistir a estos retiros es necesario formalizar la inscripción ingresando el 50% de su coste en la cuenta Nº 2100-1649-17-0200066571 de La Caixa a nombre de Concha Quintana. Indicar, por favor, nombre del ordenante y concepto.
 (4) Estos retiros tendrán la práctica de Zazen como base, predominando el trabajo corporal (Leib).