

zazentag

mit zennonne doris frei rasting

Doris Frei Rasting ist Mitverantwortliche des Mushin Zen Dojo Zürich. Sie praktiziert seit 1984. Sie hat die Nonnen-Ordination von Zen-Meister Raphaël Dôkô Triet, einem nahen Schüler von Meister Deshimaru, erhalten.

ort:	Mushin Zen Dojo, Bremgartnerstrasse 18 (Innenhof) 8003 Zürich
datum:	Samstag, 5. Dezember 2026
ankunft:	ab 8.00 Uhr
erstes zazen:	8.30 Uhr
ende:	ca. 18.00 Uhr (anschliessend Apéro)
kosten:	CHF 50.- (inkl. Verpflegung)
anmeldung:	info@zen-zurich.ch, www.zen-zurich.ch Anfänger willkommen (bitte bei der Anmeldung angeben)
mitnehmen:	Zenkleider oder dunkle, bequeme Kleidung, Essschale, Zafu

mushin
zen dojo