

## Informations et inscriptions

\* par email : [www.zenrouen.org](http://www.zenrouen.org)

\*ou par courrier avec le Bulletin découpé au dos de ce flyer, envoyé à l'adresse suivante, avec le chèque d'acompte :

### Dojo zen de Rouen

5, rue Georges d'Amboise  
76000 ROUEN

**Inscription avant le 18 octobre 2017** Pour toute inscription postérieure à cette date **un supplément de 10 €** sera demandé.

Acompte de 30 € par chèque ou virement (cf. ci-dessous), à verser pour valider votre inscription, à l'ordre de « Dojo zen de Rouen-SD ».

### Prix

Chambre individuelle	180 €
Chambre à deux	145 €
Chambre à 3 ou 4	120 €
Petit budget en dortoir et chambre à 5 (nombre de places limité)	100 €

En cas de difficultés financières, faites-les connaître auprès de votre responsable de dojo ou auprès des organisateurs de la sesshin. Indépendamment de la solution qui pourra être trouvée, vous pouvez faire appel à la « caisse voyage ». Les personnes arrivant en retard ou partant en avance devront s'occuper de leur transport entre la gare et le lieu de la sesshin.

### Règlement :

en espèces en arrivant,

par virement sur le compte suivant :

Association Zen Sans Demeure

Crédit Agricole Atlantique Vendée - Nantes Ladmirault

IBAN : FR76 1470 6000 4100 0675 8731 713

Code BIC : AGRIFRPP847

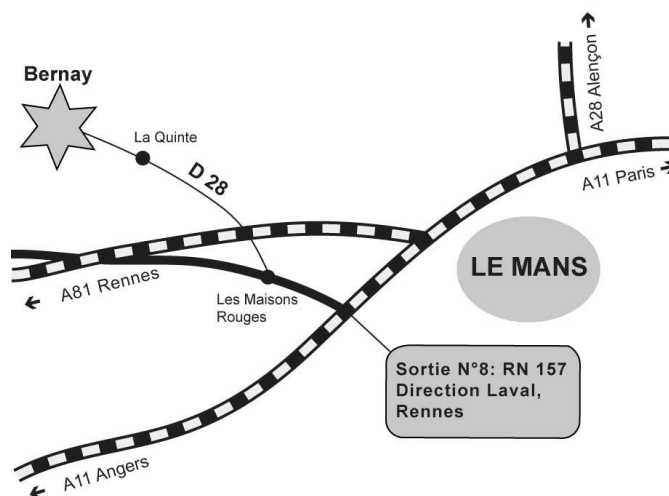
Libellé : 'sesshin Automne 2017'

## Accès en voiture (Itinéraire conseillé)

Au Mans, quand vous êtes sur l'autoroute A11 (direction Angers), prendre la sortie N°8 pour rejoindre la nationale 157 direction Laval, Rennes. Sur la N157 aller jusqu'au village « Les Maisons rouges ».

Puis prendre à droite la départementale 28 jusqu'à Bernay-en-Champagne (environ 15 km).

A la sortie de Bernay, pour vous rendre au Domaine de Bordigné (à environ 500 m), suivre les panneaux « I.R.E.O. Bordigné » (Institut Rural d'Éducation et d'Orientation) / M.F.R. (Maison Familiale Rurale). Prendre l'allée du château, visible dès la sortie du village.



## Accès par train

La gare la plus proche est Le Mans (20 km de Bernay).

Trains au départ de Paris Montparnasse environ toutes les heures. Renseignements : [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr)

Des transports pour la sesshin seront organisés à partir de 16 heures. Prévenir lors de votre inscription.

Tarif indicatif : 8€

Contact transport : Christian Castel 06 10 65 05 17

# Sesshin AUTOMNE SD Le Mans 2017

## 2 - 4 novembre 2017



A Bernay-en-Champagne (Le Mans)

dirigée par

**Stéphane Hirschberger**  
*moine zen*

**Inscription avant le 18 octobre 2017**

Contact: J. Boury

Tél: 06.37.57.69.40

[www.zenrouen.org](http://www.zenrouen.org)

Association Zen Internationale

Fondateur Maître Taisen Deshimaru

## Domaine de Bordigné

Bernay-en-Champagne se trouve dans le département de la Sarthe (région Pays de Loire), à 20 km du Mans, 214 km de Paris et environ 120 km de la Gendronnière. La sesshin aura lieu au Domaine de Bordigné, situé en milieu rural dans une ancienne Abbaye.

## Arrivée

Mercredi 1er novembre après 17h.

## Départ

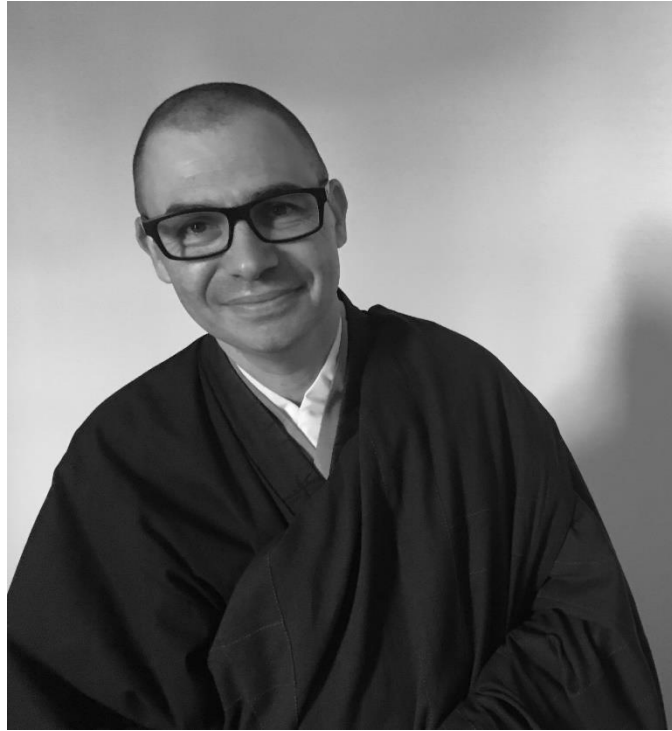
Samedi 04 novembre vers 16 heures après le samu nettoyage.

## Amener

- zafu et (si possible) zafuton
- habits confortables de couleur sombre
- bol
- serviette, cuillère et fourchette
- chaussures pour l'intérieur
- sac de couchage ou draps + taie de traversin.  
(pas de draps en location : apportez-en !)

L'utilisation des téléphones portables est fortement déconseillée pendant la sesshin.

## Le godo



## Stéphane Hirschberger

Disciple de Philippe Coupey depuis 20 ans, il dirige depuis 2011 le Dojo de Bordeaux.

Pour plus de détails, voir les sites suivants :

[www.zen-road.org](http://www.zen-road.org)

[www.zen-azi.org](http://www.zen-azi.org)

[www.zensimpleassise.org](http://www.zensimpleassise.org)

## Bulletin d'inscription

Nom :

Prénom :

Adresse :

Code postal :

Ville :

Téléphone :

Email :

Je pratique au dojo de .....

Je suis ordonné(e): moine / nonne / bodhisattva

- Chambre individuelle
- Chambre à deux
- Chambre à 3 ou 4
- Dortoir

J'arrive par le train à la gare de Le Mans: non oui  
**et** j'ai besoin d'un transport entre la gare du Mans et le lieu de la sesshin.

Heure d'arrivée du train le 01/11 : \_\_\_\_\_

Heure de départ du train le 04/11 : \_\_\_\_\_

Je joins un chèque d'acompte :

Je fais un acompte par virement :

Je réglerai :

- en espèces en arrivant,
- par virement sur le compte suivant :

Association Zen Sans Demeure

Crédit Agricole Atlantique Vendée - Nantes  
Ladmirault

Libellé : 'sesshin Automne 2017'

IBAN : FR76 1470 6000 4100 0675 8731 713

Code BIC : AGRIFRPP847