

Programma zomerweek Zen op Terschelling 2026

dinsdag 25 augustus

16.00 Kennismaking, programma, praktische zaken

16.30 Eerste meditatie instructie voor 'beginners' + 15 minuten zazen.

18.00 1 x zazen (optioneel voor beginners)

18.30 diner

20.00 3 x zazen

woensdag 26 t/m vrijdag 29 augustus

07.00 2x zazen (optioneel voor beginners)

08.00 ontbijt

09.15 1x zazen

09.35 Inleiding

10.15 Koffie/thee

10.45 2 x zazen

11.45 Vragen algemeen

12.00 Vragen en extra uitleg/instructie voor beginners

17.30 2x zazen (optioneel voor beginners)

18.30 diner

20.00 3 x zazen

zaterdag 29 augustus

07.00 2x zazen (optioneel voor beginners)

08.00 ontbijt

09.15 1x zazen

09.35 Inleiding en afsluiting

10.15 Koffie/thee

11.00 Afscheid.

Het is prettig als je ook de laatste dag helemaal meedoet tot 11.00 u.

Elke dag om 12.00 uur is er extra tijd ingeruimd voor degenen met minder ervaring, om in te gaan op vragen of op andere zaken die behulpzaam of nodig kunnen zijn voor je in de week.