

# Matinée de zazen

samedi 21 novembre 2026 de 9h à 12h

au Centre bouddhiste zen des Pagodes

**Accueil : 8h30**

méditation assise (zazen) et cérémonie : 9h à 10h20

pause (thé-café) : 10h20 à 11h

méditation assise (zazen) : 11h à 12h10



[www.centre-bouddhiste-zen-des-pagodes.be](http://www.centre-bouddhiste-zen-des-pagodes.be)