

# Einladung zum Zentag am 10.09.2023 mit Christoph Rei Ho Hatlapa



Der Zenkreis Wuppertal lädt Dich ganz herzlich ein zu einem Tagessesshin mit dem Zen-Meister Christoph Rei Ho Hatlapa Roshi.

- Datum: **Sonntag, 10.09.2023**
- Uhrzeit: 9.45 Uhr bis ca. 18.00 Uhr
- Ort: Aikido-Schule Wuppertal, Bornberg 55, 42109 Wuppertal  
<http://www.aikido-wuppertal.de/>
- Kosten: Spende für die Raummiete und den Lehrer nach eigenem Ermessen (30 Euro pro Person decken die Kosten.)
- Anmeldung: **bis zum 01.09.2023** (gern möglichst frühzeitig)  
bei Andreas Poggel  
E-Mail: [andreas@zen-im-tal.de](mailto:andreas@zen-im-tal.de)  
Telefon: 0163-6859514 / 0202-26131560
- Ablauf: Neben Sitz- und Gehmeditation, gemeinsamen Rezitationen und einem Vortrag (Teisho) gibt es die Möglichkeit des Einzelgesprächs mit dem Lehrer (Dokusan).
- Sonstiges: In der Mittagspause gibt es einen kleinen vegetarischen Imbiss, zu dem sehr gerne etwas beigesteuert werden kann. Matten und Meditationskissen sind vorhanden. Es können auch eigene Sitzkissen mitgebracht werden.

[www.zen-im-tal.de](http://www.zen-im-tal.de)