

## **Anfahrt zum Tannenhof**

### **Mit öffentlichen Verkehrsmitteln**

Fahren Sie mit dem Zug bis Hauptbahnhof München bzw. Ostbahnhof München und dann mit der S 2 Richtung Erding bis Markt Schwaben. Von dort müssen Sie den Bus 505 Regionalverkehr Oberbayern nach Isen nehmen; bis Haltestelle Buch am Buchrain. Von dort 2 km zu Fuß zum Tannenhof.

### **mit eigenem PKW**

Fahren Sie auf der Autobahn bis München, dann - von der Ostumgehung A 99 (Autobahnkreuz München-Ost) auf die A 94 Richtung Passau bis Ausfahrt Pastetten. Am Ende der Ausfahrt links in Richtung Forstern, Pastetten und dann in Harthofen links Richtung Isen, Buch am Buchrain.

Am Ortseingang von Buch am Buchrain links Richtung Walpertskirchen, dann nach ca. 2 km liegt links von der Hauptstraße der Tannenhof 2.

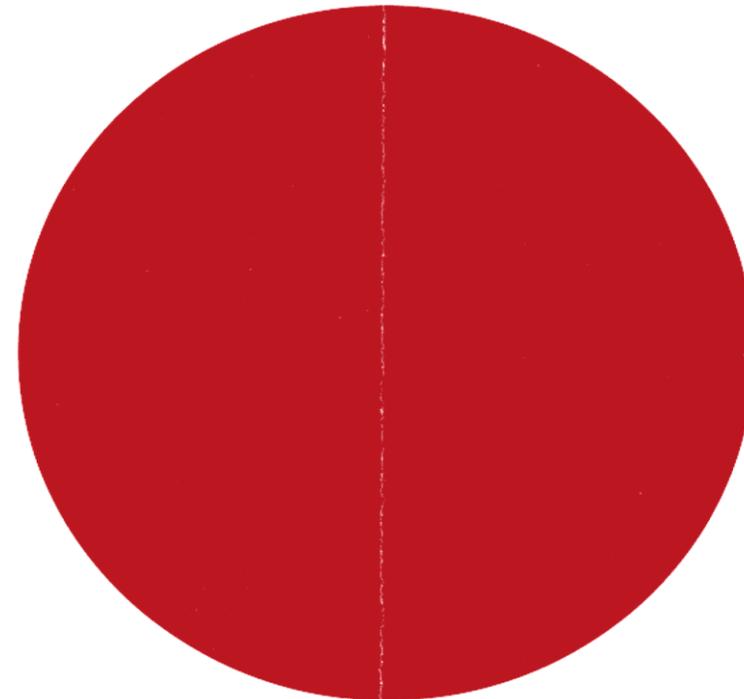
### **Kursgebühren**

Alle von der Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft veranstalteten Kurse werden auf der Basis einer freiwilligen Spende (Dhana) abgehalten. Pro Tag für Unterkunft und Verpflegung 50,00 €; und Dhana für den Lehrer (je nach persönlicher Möglichkeit) 10,00 – 30,00 € als Vorauszahlung auf das Konto der Hannya-Kai oder in bar zu Beginn des Kurses.

# Rinzai-Zen Tempel **TANNENHOF**

zu den drei Juwelen

Programm 2019



**Tannenof- Buch am Buchrain – Tel. : 08124-909000  
oder Ehepaar Kerstin Fischer/Bernd Hein -  
Tel.: 08124-9190577  
Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft e. V.  
Grünwalder Strasse 192, 81545 München  
Tel.: 089-64280829  
E-Mail: [daikan.w@t-online.de](mailto:daikan.w@t-online.de)  
[www.seminarhaus-tannenhof.de](http://www.seminarhaus-tannenhof.de)  
Bankverbindung: Commerzbank AG, München  
IBAN: DE41 7004 0041 0661 0661 00**

## Januar

-03. Enlightenment mit Nanna Michael  
24.-27. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
31.- Doris Schmalhofer

## Februar

-03. Doris Schmalhofer (geschl. Gruppe)  
07.-10. Dr. Katja Held (Ausbildungsgruppe)  
21.-24. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
25.- Gewaltfreie Kommunikation  
mit Frank Gaschler

## März

-04. Gewaltfreie Kommunikation  
mit Frank Gaschler  
21.-26. **Einführung in Zen-Meditation  
mit Daikan Westerbarkey  
- Zazen-Kai vom 22.-24. möglich**

## April

04.-07. Shiatsu + Meditation mit Alraune Schiess  
11.-14. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
15.-21. Exerzitium mit Karin Reese  
23.-28. Sesshin mit Gisela Drescher

## Mai

17.-19. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
23.-26. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Juni

**10.-16. Sesshin Form C mit Daikan  
Westerbarkey; Zazen-Kai 14.-16. möglich**  
20.-23. Atem-Meditation mit Indira Daehr  
28.-30. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Juli

04.-07. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

18.-21. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## August

05.-25. Taekwondo mit Christopher Mc Coy  
26.- Sesshin mit Gisela Drescher?

## September

-01. Sesshin mit Gisela Drescher?  
**01.-07. Sesshin Form A mit Daikan Westerbarkey;  
Zazen-Kai 05.-07. möglich**  
07.-13. Sesshin mit Hotei Kyuhai Seki Osho  
26.-29. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Oktober

2.-6. Oktober 2019  
Enlightenment Intensive mit Ursula Mellert  
Wer bin ICH?  
10.-13. Exerzitium mit Karin Reese  
17.-20. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## November

07.-10. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
11.-14. Gewaltfreie Kommunikation  
mit Frank Gaschler  
26.- Sesshin mit Gisela Drescher

## Dezember

-01. Sesshin mit Gisela Drescher  
**01.-08. Winter-Sesshin Form B mit Daikan  
Westerbarkey; Zazen-Kai 06.-08. möglich**  
13.-15. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
28.12.19 Neujahrs-Enlightenment-Intensive mit  
-03.01.20 Ursula Hadler

Veränderungen und Ergänzungen dieses Programms  
sind möglich.

## Anmeldung:

- zu allen Zen- und Ikebana-Kursen  
der Hannya-Kai Zen-Gemeinschaft,  
Daikan J. Westerbarkey Tel.: 089-64280829  
E-mail: [daikan.w@t-online.de](mailto:daikan.w@t-online.de)  
- zu den Exerzitien von Karin Reese: E-Mail  
[karin-reese@t-online.de](mailto:karin-reese@t-online.de)  
- zu den Enlightenment-Kursen bei Frau  
Ursula Mellert: [www.die-silberschnur.de](http://www.die-silberschnur.de) oder über  
E-Mail: [siberschnur@posteo.de](mailto:siberschnur@posteo.de); Tel.: 08144-9969910  
- zum Enlightenment-Intensive zum Jahreswechsel  
(Neujahr-Intensive) bei Frau Angela Hadler:  
E-Mail: [angelahadler@yahoo.de](mailto:angelahadler@yahoo.de)  
- Sesshin mit Hotei Kyuhai Osho (Yasusada Seki) bei  
Koun Cora Freund Tel.: 089-2012730;  
E-Mail: [cora.freund@gmx.de](mailto:cora.freund@gmx.de)  
- zur Atem-Meditation mit Indira Daehr bei  
Martina Ullrich, E-mail: [marti.ullrich@web.de](mailto:marti.ullrich@web.de)  
Kursbeschreibungen und Kursgebühren können bei  
den genannten Personen angefordert werden.

Grundsätzliche Fragen und Terminvergabe für Grup-  
pen bei Daikan Westerbarkey,  
Grünwalder Strasse 192, 81545 München  
Tel.: 089-64280829,  
E-Mail: [daikan.w@t-online.de](mailto:daikan.w@t-online.de)

Bitte bringen Sie zu allen Kursen in den Tannenhof  
Hausschuhe, dicke Strümpfe, Handtücher, Bettspann-  
tuch oder Bettlaken, Bettwäsche und festes Schuhwerk  
mit.  
Sitzkissen, Sitzbänkchen, Matten, Kopfkissen und  
Bettdecken sind vorhanden.