

## 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.

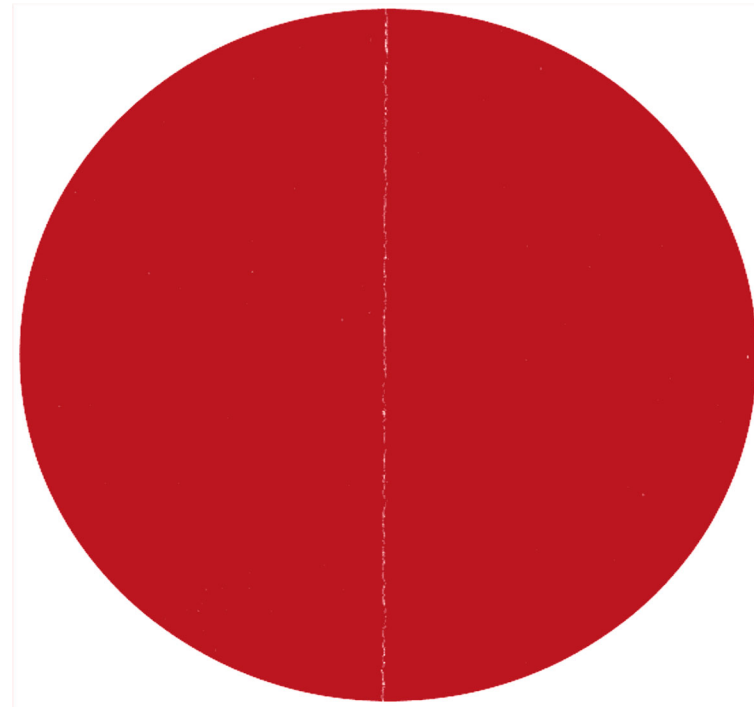
### Kursgebühren

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 2021



**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

21.-24. Core Energetics mit Stephan Hermes  
28.-31. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Februar

01.-09. In der Ruhe liegt die Kraft mit  
Annette Mareia Fischer  
12.-16. Enlightenment Intensive mit Ursula Mellert  
28.- **Sesshin Form C**

## März

-07. **als Einführung in Zen-Meditation -  
mit Daikan Westerbarkey  
- Zazen-Kai vom 05.-07. möglich**  
11.-14. Zen-Übungstage mit Michael Seitlinger  
18.-21. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
29.- Oster-Exerzitium

## April

.-05. mit Karin Reese  
07.-11. Sesshin mit Gisela Drescher  
15.-18. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
21.-25. Zazen-Kai Gruppe Sasaki Zenji  
29.- Core Energetics mit

## Mai

-02. Stephan Hermes  
03.-11. In die Ruhe liegt die Kraft mit  
Annette Mareia Fischer  
**23.-30. Sesshin Form A mit Daikan  
Zazen-Kai vom 28.-30. möglich**

## Juni

03.-06. Atem-Meditation mit Indira Daehr  
24.-27. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Juli

15.-18. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
22.-25. Core Energetics mit Stephan Hermes  
**30.- Sesshin Form A mit Daikan**

## August

**-06. Zazen-Kai vom 30.07.-01. möglich**  
29.- Sesshin mit Hotei Yasusada Seki Osho

## September

-04. Sesshin mit Hotei Seki Osho  
Anmeldung bei Koun Cora Freund  
05.-13. In die Ruhe liegt die Kraft mit  
Annette Mareia Fischer  
23.-26. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

## Oktober

14.-17. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
21.-24. Core Energetics mit Stephan Hermes  
29.- Enlightenment

## November

-02. Intensive mit Ursula Mellert  
03.-11. In die Ruhe liegt die Kraft mit  
Annette Mareia Fischer  
18.-21. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)  
23.-28. Sesshin mit Gisela Drescher

## Dezember

**02.-08. Winter-Sesshin Form B mit Daikan  
Westerbarkey; Zazen-Kai 03.-05. möglich**  
10.-12. Zen-Übungstage mit Michael Seitlinger  
16.-19. Dr. Katja Held (geschl. Gruppe)

Veränderungen und Ergänzungen dieses Programms  
sind möglich.

## Anmeldung:

- zu allen Zen-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)  
[siehe auch www.hannya-kai.de](http://www.hannya-kai.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: [silberschnur@posteo.de](mailto:silberschnur@posteo.de) oder 08144-9969910  
- Sesshin mit Hotei Yasusada Seki Osho 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)  
- zu den Seminaren „in der Ruhe liegt die Kraft“ bei  
Annette Mareia Fischer; Tel.: 089 - 122 96 485  
[multiversum8@web.de](mailto:multiversum8@web.de)  
- zu den Zen-Übungstagen mit Michael Seitlinger:  
[mail@michael-seitlinger.de](mailto:mail@michael-seitlinger.de)  
- zu Core Energetics mit Stephan Hermes:  
[stephan.hermes@posteo.de](mailto:stephan.hermes@posteo.de); [www.energiesherzens.de](http://www.energiesherzens.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.