# Zeitplan Rohatsu 05.12. - 13.12.2020

**Ankunftstag Abschlusstag**

17.30 Ankunft 07:30 Aufräumen

18.00 Abendessen 08:30 Frühstück

18.30 Briefing 09.00 Abschlussrunde

20.10 Zazen

21.00 Nachtruhe Rohatsu Ende

**Rohatsu**

03.40 Uhr Wecken

04.10 Zazen (04.05 auf dem Zafu)

05:00 Kinhin

05:10 Zazen

06.05 Uhr Frühstück/ Pause

07.10 Zazen

08:00 Kinhin

08:10 Zazen

09:00 Kinhin

09:10 Zazen

10:00 Kinhin

10:10 Zazen

11:00 Kinhin

11:10 Zazen

12.05 Uhr Mittagessen/ Pause

13.10 Zazen

14:00 Kinhin

14:10 Zazen

15:00 Kinhin

15:10 Zazen

16:00 Kinhin

16:10 Zazen

17:00 – 18:00 Samu

18.05 Uhr Abendessen/ Pause

19.10 Zazen

20.00 Kinhin

20.10 Zazen (am letzten Tag Abschlusszeremonie)

Nachtruhe

**Am 12.12., dem letzten Tag des Rohatsu, wird das Sesshin mit Abschlusszeremonie beendet.**