

## Horario de seshín virtual 2021

*Todos los seshines virtuales comienzan los jueves o viernes en la noche*

<b>Jueves o Viernes</b>	
7-8:30 p.m.	Ceremonia de Apertura, seguida de zazén.
<b>Días subsecuentes</b>	
6:00-8:00 a.m.	Verso de Kesa; El Camino del Bodisatva; zazén y dokusán.
8:00	Receso (desayuno, limpieza, etc.)
9:15	Zazén y dokusán
9:30	Teisho
10:40-12:00 p.m.	Reanuda el zazén y dokusán
12:00 p.m.	Receso para almuerzo
1:30-3:30 p.m.	Zazén y dokusán
3:30	Cantos seguidos de tiempo no programado
6:30-8:30	Zazén y dokusán
<b>Último día</b>	
6:00 a.m.-9:40 a.m.	Igual que los otros días
Al final de dokusán	Ceremonia de Cierre