

Llocs on pots practicar

BANYOLES

Zazenkai setmanal: dimecres de 19:00h a 20:00h

Lloc: C/ Valls 35 - Banyoles

Persona de contacte: Montse Jaen.

Tel: 620 804 538.

Correu electrònic: montsejaen@gmail.com

BARCELONA

WEB CATALUNYA I BALEARS: www.zen.cat .

Zazenkai setmanal: dilluns a divendres 7:00h, dijous 20.15h.

(dijous 19:30 acollida i iniciació per a persones que comencen)

Zazenkai mensual: els diumenges que indica el calendari.

Lloc: Casa d'espiritualitat Sant Felip Neri. C/ Nena Casas 37-47,
08017 Barcelona.

Persona de contacte:

Pilar Utrilla. Tel: 627 550 050, Email: cursoszenbcn@gmail.com (per apuntar-se a cursos)

BLANES

Zazenkai setmanal: dimecres de 20:00h a 21:15h.

Lloc: Ermita de Santa Bàrbara.

Persona de contacte:

Miquel Isanta. Correu electrònic: intimitat65@gmail.com

Benicarló i Vinarós

Benicarló

Zanzenkai setmanal: dilluns a divendres matí 8:00h (1 asseguda i recitació dels vots)

Lloc: Sala Magdala - C/ Santos Màrtires 27 baixos - Benicarló

Persones de contacte:

Eva Querol tel. 600627262 correu electrònic: sanbozenjikuan@gmail.com

Maite Pellicer tel. 617804974

Zazenkai mensual: primer dissabte del mes de 9:00h a 11:00h

Lloc: Centro Médico - C/ Peníscola 28 - Benicarló

Persona de contacte: M.Carmen Sospedra tel. 637449496

email: [sanbozenjikuan@gmail.com](mailto:sambozenjikuan@gmail.com)

Ulldecona

Zazenkai setmanal: dimarts i dijous de 6:00h a 7:00h

Zazenkai mensual: últim dissabte de cada mes de 10:00h a 13:30h

Lloc: Zendo Jikûan - Ulldecona

Persona de contacte: Guillermo Crespo tel. 628519378

email: [sanbozenjikuan@gmail.com](mailto:sambozenjikuan@gmail.com)

Vinarós

Zazenkai setmanal: dilluns de 17:00h a 18:00h (2 assegudes, 1 kinhin, poesia i recitació dels vots)

Lloc: - C/ San Pascual 53 - Vinarós

Persona de contacte: Isabel Tur tel. 696534872 correu

electrònic: [sanbozenjikuan@gmail.com](mailto:sambozenjikuan@gmail.com)

CASTELLÓ

Zazenkai setmanal: dimecres 19:00h

Lloc: Pça Mercadillo 5-2 – 12001 Castelló de la Plana

Zazen: dissabtes 9-10:30h

Persona de contacte: Marisa Zarzoso tel.

605247511 marisazarzoso@gmail.com

GIRONA

Zazenkai setmanal: dilluns de 19:30h a 21:00h.

Lloc : Capella del Col·legi dels Maristes, Av. Josep Terradelles 5-7

Persona de contacte: Carme Vicens. Tel: 619 312 034,

Email: carmevicens@gmail.com

GRANOLLERS

Zazenkai setmanal: dimarts de 19:00h a 20:00h.

Lloc: Espai tranquil de Can Barbany (botiga), c/ Anselm Clavé, 44

Persona de contacte: Joaquim Amigó sola-segales@hotmail.com

LLEIDA

Zazenkai setmanal:

Dimarts de 20.15 a 21.15h.

Dimecres de 17:30 a 18:30h.

Lloc: Parròquia-Santuari Santa Teresina, Plaça de les Missions 1,
25006 Lleida.

Blog: <http://zenlleida.wordpress.com/>

Persona de contacte: Alice Sardà 616161327 i Dolors Garcia
973240378

Email: sanbozenlleida@gmail.com

MALLORCA - PALMA

Zazenkai setmanal: dimecres de 19:00 a 20:15h.

Lloc: c/ Pere Martell 9, baixos, 07004 Palma de Mallorca.

Persona de contacte: Gaspar Caballero tel. 659945978

correu electrònic: gasparzen@gmail.com

Zazenkai mensual: 1r dissabte de mes 9:15h a 14h.

Lloc: Es Campet C/ Cristòfol Llompart 20, 07141 Sa Cabaneta

Persona de contacte: Gaspar Caballero tel. 659945978

correu electrònic: gasparzen@gmail.com

MALLORCA – “SA ROTA” ESTABLIMENTS

Zazenkai setmanal: dimarts de 18:30 a 19:30h.

Zazenkai mensual: 3r dissabte 9:15h a 14h

Reunió d'estudi: després del Zazenkai mensual, esporàdicament

Persones de contacte: Xunxo Cortès tel. 629656882,

correu electrònic: axcortes@hotmail.com

Tomeu Artigues: tel. 690856200 correu electrònic: tartigues@gmail.com

MALLORCA - ARTÀ

Zazenkai setmanal: dissabtes 18:00h a 19:00h hivern / 19:00h a 20:00h
amb el canvi d'hora

Lloc: Espai de silenci (Aina Nadal i Rafel Bauzà) Carrer Sorteta 38, 07570 Artà

Persona de contacte: Aina Nadal tel. 660234156

Correu electrònic blancaselene@hotmail.es

MALLORCA - MANACOR

Zazenkai setmanal: dijous de 19:30h a 20:30h.

Lloc: Monestir de Santa Família (Benedictines).

Persona de contacte: Sebastià Matamales Gelabert tel: 630 81 54 63

Correu electrònic: sebastiamatamales@gmail.com

MALLORCA - SENCELLES

Zazenkai setmanal: dilluns de 19:30h a 20:30h.

Lloc: Monestir de Santa Família (Benedictines).

Persona de contacte:

MANRESA

Zazenkai : dimecres de les 20:15h a les 21:30h

Lloc : Convent de Sta Clara - Edifici Mosaic

Persones de contacte: Xavier Martínez

685135999 zenmanresa@gmail.com

Ana Capsada 629103840

MATARÓ

Zazenkai: dilluns de 19:30 a 20:45 h.

Lloc : Carrer Sant Josep 18-20.

Persones de contacte:

Roser Albert. Tel: 937574526, Correu

electrònic: campaneta2000@gmail.com

Esteve Gual. Tel. 679001658

OSONA

Zazenkai: dimarts de 20h a 21.15h

Lloc : Casa d'espiritualitat "Marc Castanyer"

Carretera de Ribes s/n

08550 Els Hostalets de Balenyà

Persones de contacte:

Núria Masmiquel. tel. 639177875

Elisenda Vilaró, Correu electrònic: hola@elisendavilaromora.com

PRATS DE LLUÇANÈS

Zazenkai setmanal: divendres 18:10 a 19:30h

Lloc: Ermita de la Bona Sort

Contacte: Xavier Martínez 685135999 email: zenllucanes@gmail.com

REUS

Zazenkai setmanal: dimecres de 20:15h a 21:15h.

Lloc : Parròquia Sant Bernat Calbó

Pça Gabriel Ferrater i Soler, 1A

Persona de contacte:

Esperanza Mercadé Ariza tel. 617923850 correu

electrònic: ema@tinet.org

SALLENT

Zazenkai: divendres de 19:30h a 20:30h

Lloc : C/ Torres Amat 34

Persona de contacte:

Dolors Escudé Tel. 647517597

MONTSENY

Zazenkai: cada dia de 7 a 8 del matí / caps de setmana de 8 a 9 del matí

Dimarts i dijous 19:30h – 20:30h.

Lloc: L'Om, Oratge 11 Sant Esteve de Palautordera

Dimarts de 8 a 9h

Lloc: L'Eixam - Sant Celoni

Zazenkai mensual: primer diumenge de cada mes

Lloc: Ermita de Sant Guillem

Persones de contacte:

Pepi Broncano, 639 542 136, mjbroncano@yahoo.es

Jesús1 Bartolomé, 7687.

TERRASSA

Zazenkai setmanal: dimarts a les 19:30h

Lloc: Fadraday 110 (Parròquia Sagrada Família).

Persona de contacte: Pep Vergés.

Tel. 632 641 777.

Correu electrònic: jr.verges3@gmail.com

TORTOSA - TERRES DE L'EBRE

Zazenkai setmanal: dimarts de 18h a 19:30h

Lloc: Casa d'espiritualitat de les Teresianes

Avgda Santa Teresa 16 Jesús - Tortosa

Persona de contacte: Mónica Benet, Email: monica@tierrazen.com

www.zentortosa.com

VALÈNCIA

Zazenkai setmanal: dilluns 19:30h a 20:30h

Zazenkai mensual: 2n dissabte de 10 a 13h Lloc: C/ Ribarroja 4,
baixos

Persona de contacte:

Serafín Gómez tel. 963499037 correu

electrònic: serafingomez7@hotmail.com

VILANOVA I LA GELTRÚ Grup: Zen Garraf

Zazenkai: dilluns de 20:15 a 21:15

Lloc : Cripta de Sant Joan Baptista

C/ Joan Llaverias 18

Persona de contacte:

Blanca Ferret. Tel. 677803313 correu

electrònic: grupzengarraf@gmail.com

ALTRES GRUPS DE ZEN

FLORÈNCIA

Lloc: Santa Maria a Ferrano

Contacte: Thomas Müller, santamariaferrano@gmail.com

Lloc: Studi Cristina Gozzin, Via Senese 128 / 50125 firenza

Contacte: Cristina Gozzini tel. +39 3471910575, crgozzini@yahoo.it

www.cristinagozzini.com

ROMA

Zazenkai setmanal: dijous 18:30h

Persona de contacte: Alessio Mancini alessio.manc@gmail.com

Lloc: AIACO Centro de artes orientales - Roma

SAN SALVADOR - CENTRE ZEN KANZEÓN

Zazenkai setmanal: lunes 6:30 a 7:30h / martes:17:30 a 18:30h

Lloc: Centro de la espiritualitat Kanzeon

3º calle poniente y Pasaje de los Pios 1, casa 119 Col Escalon San Salvador

Contacte: Dora Alicia Cordova doracderivera@gmail.com

GRUPO SANTA ANA (El Salvador)

Zazenkai setmanal: miercoles 18:00h a 19:30h

Lloc: Colegio Liceo San Luis Contacte: Karina

Sandoval jfklsandoval@yahoo.com , Sandra

Serarols beaseraro@gmail.com

COSTA RICA

Contacte: Xiomara González xrgonzalezh@gmail.com

GUATEMALA

Zazenkai setmanal: sabado

Lloc: Casa marista de recessos, Facultat de teologia, en el Centre d'estudis religiosos

Zazenkai setmanal : miercoles 19h

Lloc: Liceo Guatemala

Contacte: Juan Carlos Velasquez Juank_W@hotmail.com , Selfa Anaité sag2gt@yahoo.com

QUITO - CENTRO ZEN KARUNA

Zazenkai setmanal: sabado de 7:00h a 9:00h

Lloc: Centro de formación de los jesuitas de Cotocallado

Contacte: Hugo Ramos hramosgzen@gmail.com , Rocío

Rivadeneira rociorivadeneira52@gmail.com , sanghazenec@gmail.com

CUENCA - Centro Zen Jizô

Zazenkai setmanal: jueves de 19:30 a 20:30h

Contacte: Iván Arizaga iarizaga@rocketmail.com

ARGENTINA

Zazenkai setmanal: dimarts a les 18h

Lloc: Rosario

Contacte: Alejandra Elbaba tel. 5493816035421 leelbaba@gmail.com

Zazenkaï setmanal: dimarts a les 18h

Lloc: Tucuman: San Miguel

Contacte: Cristina Sánchez csanchez@colsantarosa.edu