

Allerbeste liefhebber van Tai Chi en Qigong,

Met veel plezier informeer ik je over de Tai Chi-plannen voor na de zomerstop.

De gewone, 12-weekse cursussen beginnen vrijdag 6 september weer.

Voor wie de zomerstop te lang vindt duren, is er in augustus een zomercursus *Silk Reeling* (Chan Si Jin of Chan Si Gong). Tijdens deze lessen doen we natuurlijk ook andere fijne Qigong-oefeningen, maar centraal staat *Silk Reeling*. In dit filmpje demonstreert Tai Chi meester Jesse Tsao deze veelzijdige beweegkunst:

<https://youtu.be/61hJRSbdb7E?si=YXzPdl2e7SRd3EDw>

De zomercursus duurt 4 weken, van maandag 5 augustus tot en met donderdag 29 augustus. Het is prima als je een enkele les mee wilt doen. Je kunt je bij me opgeven per email, Whatsapp of telefoon. De bijdrage is €8 per les.

Datum	Dag	Tijd	Locatie
5, 12, 19 en 26 augustus	maandag	9:30 – 10:30 uur	Noorderplassen Oost
7, 14, 21 en 28 augustus	woensdag	„	Noorderplassen Oost
8, 15, 22 en 29 augustus	Donderdag	„	Almeerderstrand, Duinbad

Graag wens ik je een fijne zomervakantie. Daarna gaan we weer lekker door met Tai Chi en Qigong.

Martijntje

Tai Chi Plus

06-15373682

taichiplus.nl@gmail.com

www.taichiplus.nl

