



TÁI CHI buiten- ZOMERTRAINING



vanaf mei tot en met eind juli

In Haarlem

In de week van 29 mei start de buiten zomertrainingen van Tái Chi school Kennemerland. Iedereen kan meedoen met de Tái Chi Training in de natuur, met Chi Kung oefeningen.



***Programma** vanaf woensdag 29 mei t/m 31 juli

19.00 uur tot 19.30 uur : zwaard- sabel en korte -/lange waaivorm-stok

19.30 uur tot ± 20.30 uur : Chi Kung... *voor iedereen* einde 37 vorm

20.45 uur tot 21.00 uur : 43 vorm Yangstijl .

Kosten: € 3,-- per training

Aanmelden : is niet nodig, gewoon komen en meedoen

Meedoen : iedereen kan meedoen, wel of geen ervaring met Tái Chi

Aantrekken : makkelijk zittende kleding en sport of wandelschoenen.

Adres : Beatrixschool Blinkertpad 3 Haarlem

Bij regen binnen! in de Beatrixschool

Onder leiding van Jan Langedijk

tel: 0255-536556

e-mail: j.langedijk@planet.nl www.taichikennemerland.nl



- **Het nieuwe Tái Chi Seizoen Beverwijk ...**
start maandag 09 en donderdag 12 september 2019

Tái Chi School Kennemerland
www.taichkennemerland.nl
Docent Jan Langedijk

Zomer Tai Chi juni en juli 2018 in Spaarnwoude

- Tai Chi training Yangstijl 37/43
- Waaier vorm kort 32 en lang 52
- Speer
- Zwaard
- Sabel
- Tai Chi stok - 13 handen

- De datums juni/ juli worden ruim van te voren bekend gemaakt !

