



TÁI CHI

BUITENTRAINING

2021



5 woensdagen:

juli 14, 21, 28

augustus 04, 11

In Haarlem

In week 28 start de buiten zomertrainingen van Táí Chi school Kennemerland. Iedereen kan meedoen met de Táí Chi Training in de natuur, met Chi Kung oefeningen.

*Programma

19.00 uur tot 20.00 uur

Chi Kung voor iedereen eindigen met de 37 vorm

20.15 uur tot 21.00 uur

zwaard- sabel en korte -/lange waaivorm-stok



Kosten: € 5,-- per training

Aanmelden: is niet nodig, gewoon komen en meedoen

Meedoen: van 19.00 tot 20.00 uur kan iedereen meedoen, wel of geen ervaring met Táí Chi

Aantrekken: makkelijk zittende kleding en sport of wandelschoenen.

Adres: Beatrixschool Blinkertpad 3 Haarlem

Bij regen in juli : binnen in de Beatrixschool

Onder leiding van Jan Langedijk

tel: 0255-536556

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

Zet vast in je agenda!

Het Táí Chi Seizoen 2021/2022 start in week 36/37

Haarlem : op zaterdag 04 woensdag 08 en vrijdag 10 september

Beverwijk: op maandag 06 en donderdag 09 september



Ik wens iedereen een energievolle Tai Chi zomer, met vele nieuwe inspiraties.

Met vriendelijke groeten, Jan Langedijk



