



Tai Chi zomertrainingen in Haarlem & Hoofddorp

Beste cursist en belangstellende,

Vanaf woensdag 28 mei 2025 starten de buiten-zomertrainingen. Elke woensdag tot en met 30 juli kun je meedoen met Tái Chi en Chi Kung oefeningen in de natuur.



Programma:

- 19.00 - 20.00 uur: Chi Kung voor iedereen (met of zonder ervaring) en einde 37 vorm
- 20.10 uur: Zwaard-, sabel-, waaivorm (kort en lang), 13 handen stok



Kosten: € 5,-- per training. Betaling contant bij aanvang of per bankoverschrijving naar

NL19ABNA 045.41.43.354 ten name van J.M. Langedijk, met vermelding van de periode en de lessen waarvoor het bedrag geldt.

Aanmelding: Aanmelding is niet vereist; u kunt eenvoudigweg deelnemen door te komen.

Deelname: Iedereen is welkom om deel te nemen, ongeacht ervaring met Tái Chi.

Kledingvoorschrift: Draag gemakkelijk zittende kleding en sport- of wandelschoenen.

Locatie: Beatrixschool, Blinkertpad 3, Haarlem

Bij regen trainen wij binnen in de Beatrixschool.

De buitentrainingen worden geleid door Jan Langedijk.

Contactinformatie:

Telefoon: 0255-536556

E-mail: j.langedijk@planet.nl

Website: www.taichikennemerland.nl

Tai Chi zomertraining in Hoofddorp

Dinsdag 20 mei a.s. is weer de eerste buiten zomertrainingen van Táí Chi school Kennemerland in Hoofddorp.

Iedere dinsdag van 20 mei tot en met 29 juli Iedereen kan meedoen (*wel of geen ervaring met Tai Chi*) met deze Táí Chi Training in de natuur en met de Chi Kung oefeningen.



Programma:

19.30 uur tot + 20.30 uur Chi Kung... voor iedereen aan het einde de 37-vorm

Kosten: € 3,-- per training, betaling contant bij aanvang

Aanmelden: is niet nodig, gewoon komen en meedoen

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

Aantrekken: gemakkelijk zittende kleding en sport of wandelschoenen.

Plaats: Hoofddorp/ Haarlemmermeerse Bos. Achter de parkeerplaats van Claus Party Hous. De trainingsplek is richting de Dag Camping bomen pad, bij de Spartelvijver.

Bij zware regen: Geen training!

Onder leiding van Anja Adriaansen tel:
06 443 44 507

e-mail: anjaadriaansen@gmail.com www.taichikennemerland.n

□ Start nieuw Tai Chi seizoen najaar 2025/2026



Haarlem: woensdag 3 september, vrijdag 5 september, zaterdag 6 september

Beverwijk: maandag 1 september

Nadere informatie over de lessen van het nieuwe seizoen volgt binnenkort.



Tai Chi School Kennemerland

