

Tai Chi

Tai Chi, een kunst die op een zachte manier het lichaam, de energiestroom en de geest traint. U kunt het gebruiken voor gezondheid, zelfverdediging, geestelijke helderheid, ongeacht je ras, cultuur of godsdienst.

Het bevat iets voor iedereen die belangstelling heeft voor de kunst van Tai Chi. Het bevordert lichamelijke en emotionele gezondheid en de ontwikkeling van innerlijke kracht- of energiestroom, waar Tai Chi om bekend staat, maar niet altijd begrepen wordt.

Een vaak voorkomende fout is dat leerlingen haastig alles willen leren. Door juist geduldig te oefenen, zal u de beste resultaten halen. Wat kunt u van ons verwachten? Onze school streeft ernaar de leerling zo goed mogelijk te begeleiden in de kunst van Tai Chi.

Tai Chi lessen worden gegeven op maandag van 18.00-19.00 uur en woensdag van 18.00 uur - 20.00 uur. U bent welkom om mee te doen. Het kost maar € 25= per maand. . Meer weten? Bel Eddy van Ommeren 06-249 23 160 of stuur een e-mail
vanaf HIER.