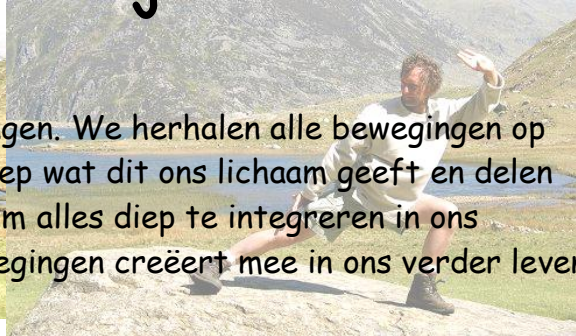


Meridiaan Chi Kung

De 18 Bewegingen met etentje



Op deze dag spelen we met de 18 oefeningen. We herhalen alle bewegingen op een zachte, soepele manier. We voelen diep wat dit ons lichaam geeft en delen hierover. Na de reeks nemen we de tijd om alles diep te integreren in ons lichaam. We nemen de ruimte die de bewegingen creëert mee in ons verder leven.

Er is ruimte voor mensen die enkel de basis bewegingen gedaan hebben. We bewegen op een zachte manier zodat iedereen mee kan. We verbinden met de natuur. Indien het weer het toelaat, gaan we op een mooie rustige plaats buiten in de nabije omgeving van Balen.

Na deze dag bewegen gaan we met degene die willen samen iets drinken en wat eten. Dit jaar heb ik gekozen voor de Thaise keuken. De prijs van het eten is 25 Euro, drank komt hier nog bij en is zelf te betalen. Mag ik wel vragen minstens twee weken voor de dag aan te melden voor zowel de MCK les als het etentje zodat ik de nodige tijd heb alles te regelen.



Wanneer:

Zondag 26 augustus 2012
Van 10:00 tot 16:30

Waar:

Turnzaal van de gemeenteschool "De Bosmier"
Streekweg 11
2490 Balen (Rijsbergdijk)



Lesgeld:

50 Euro

Etentje:

25 Euro

Lesgever:

Luc Leyten

0477 63 42 69

luc.leyten@telenet.be

<http://lucleyten.be>

