



TRAININGSCENTRUM
martini art dojo

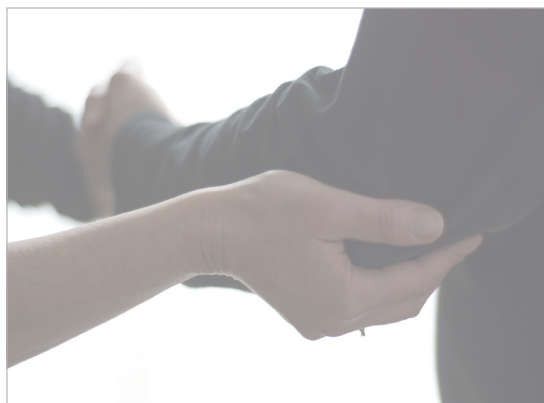


MARTINI ART TAI CHI VORM

START NIEUWE TRAININGSGROEP

“HET ONTDEKKEN VAN JE EIGEN KRACHT IS EEN ERVARING DIE JE VOOR ALTIJD MEENEEMT”

Wil je leren om vanuit ontspanning met je lichaam te bewegen? Maak kennis met de Chinese Bewegingsleer Tai Chi.



De kosten zijn € 55,00 per cursus. Instromen kan op elk moment in het jaar.



In deze kennismakingscursus trainen we een miniset van 20 Tai Chi bewegingen.

We beginnen met ontspannen loop- en opwarmingsoefeningen (Chi-Gong-oefeningen).

Tijdens de lessen besteden we veel aandacht aan je lichaamshouding en leer je te bewegen vanuit je middelpunt.

**Start Kennismakingscursus
Vanaf woensdag 1 maart.**

**Trainingstijd
van 09.00 uur tot 10.00 uur.**

Meedoen?

Meld je dan aan via de website
www.martiniartdojo.nl

Heb je naar aanleiding van bovenstaande nog vragen, of wil je ons persoonlijk spreken? We staan je graag te woord.

Tel 0570-634981



BEWEGING VANUIT JE BASIS