

Introductie workshop Zonnelichtmiddag

Chi-Nature

Zondag 10 maart

Tijd 14.00 – 16.00 uur



In deze introductieworkshop maak je kennis met Praktijk Chi-Nature en met de lessen Chi-Flow.

Wat is Chi nu eigenlijk en hoe activeer je dit in je lichaam.
Wat kan je ermee en hoe gebruiken we het in de les.
Verder een korte introductie in de 5 elementenleer (Wuxing) en op welke wijze deze elementen terugkomen in de lessen.

De Chi-Flow lessen zijn aangepast aan de seizoenen zodat je in hetzelfde ritme kan meebewegen.
Het lijkt me leuk om je deze zondagmiddag te ontmoeten in het met mooie Zonnelicht.
Om samen te delen en natuurlijk om de Chi in beweging te brengen.

Na afloop is er ruimte voor een kopje thee met wat lekkers in de tuinkas.
De bijdrage is 5 euro, zodat het voor iedereen toegankelijk is.

Praktijk Chi-Nature

Nicole van den Boom-van Osch

www.chi-nature.nl/