



QI GONG & MORE
ÉÉN/TWEE DAAGSE STAGES
2024
GEORGANISEERD DOOR
BEWEEG & LEEF

Naar jaarlijkse gewoonte organiseren we tweedaagse studiedagen in TQH Qi Gong.

De data van dit voorjaar zijn:

10 - 11 februari 2024

6 - 7 april 2024

29 - 30 juni 2024

De basis van iedere studiedag is de methode van Thai Qi Holistics. Vanuit een holistische kijk op het menselijk functioneren kijken we verder dan datgene wat ons vanuit de klassieke geneeskunde en scholing wordt aangeleerd.

De kennis van Thai Qi Holistics zit verweven in de Traditionele Chinese Geneeskunde alsook in de minder gekende, reeds eeuwenoude Traditional Thai Medicine. Het beoefenen van Qi Gong en extra ondersteuning via massage, advies en kruiden maken hier deel van uit.

Tijdens de drie weekenden gaan we door een variatie van Qi Gong oefeningen, zoals :

- Seven Statics
- Seven Stars bewegingsvorm
- Arm en been oefeningen
- Partneroefeningen
- Meditatie en ademhalingsoefeningen
- Qi Massage

Persoonlijk programma

- Verdiepend begrijpen in je eigen gewoontepatronen en body aligment.
- Yin Yang balance: het vinden van meer ruimte & rust in je hoofd.
- Verdieping: het behouden van balans / energetische bescherming
- The Law of Nature, the 5 elements & the Dhamma.
- Antwoorden op jullie vragen.

Uurrooster

Zaterdag	9u45 – 12u30 & 14u00 – 16u30	Welkom vanaf 9u30	Incl. water, thee, versnaperingen en soep bij de lunch
Zondag	10u – 12u30 & 14u00 – 16u30	Welkom vanaf 9u45	Incl. water, thee, versnaperingen en soep bij de lunch

Locatie

Centrum Beweeg & Leef, Rollebaan 14, 9860 Moortsele.

Transport

Bus Bus 49 Gent-Herzele, halte Moortsele Dorp.

De locatie ligt op 1 minuut wandelen.

Trein Treinstation Moortsele op de treinverbinding Gent St-Pieters – Zottegem – Geraardsbergen. De locatie ligt op 10 minuten wandelen.

Wagen Parkeren kan in de straat of op het plein aan de kerk.

Fiets De fiets kan, achter het hek, op de oprit staan.



Foto's van de tweedaagse stage in het Erfgoedhuis. November 2023.

Bijdrage

Eéndaagse : € 85,00

Tweedaagse : € 185,00

2x Tweedaagse : € 355,00

3x Tweedaagse : € 515,00

Deze prijzen zijn inclusief ochtend & middag practice, water, thee, koffie, versnaperingen, soep bij de lunch. Wens je een volledige maaltijd? Dan vragen we € 10,00 bijdrage (op voorhand door te geven).

Mensen die de tweedaagse wensen te volgen krijgen voorrang.

De overblijvende plaatsen worden ingevuld door ééndaagse deelname.

Schrijf je tijdig in, de plaatsen zijn beperkt.

Inschrijven Tweedaagse

Bij de betaling wordt er € 0,50 transactiekosten aangerekend.

Nieuw: het bedrag kan ook in termijnen betaald worden.

1x Tweedaagse: <https://beweegenleef.plugandpay.nl/checkout/tweedaagse>

2x / 3 x Tweedaagse: <https://beweegenleef.plugandpay.nl/checkout/tweedaagse2>

Inschrijving Eéndaagse

Mail naar laurence@beweegenleef.be.

~~~~~

## Logeren

Logeren kan op volgende locaties hier in de buurt. Hierbij twee geteste locaties:

- BnB Betsberg : Heeft een huisje met keuken en een studio ter beschikking.

1. De beschikbare dagen kunnen gevonden worden op:

[https://www.airbnb.be/rooms/4762991?adults=2&location=Moortsele%2C%20Oosterzele%2C%20België&check\\_in=2024-02-19&check\\_out=2024-02-22&source\\_impression\\_id=p3\\_1705918747\\_l|AklxOhHtmrOx6&previous\\_page\\_section\\_name=1001&federated\\_search\\_id=49f8a345-b6d5-43e9-b443-7b14ef6906c7](https://www.airbnb.be/rooms/4762991?adults=2&location=Moortsele%2C%20Oosterzele%2C%20België&check_in=2024-02-19&check_out=2024-02-22&source_impression_id=p3_1705918747_l|AklxOhHtmrOx6&previous_page_section_name=1001&federated_search_id=49f8a345-b6d5-43e9-b443-7b14ef6906c7)

2. Reserveren via de telefoon is de gemakkelijkste en goedkoopste (geen airbnb kosten) manier om te reserveren. <https://www.charmio.com/nl/bed-breakfast/betsberg-oosterzele>

- BnB La clé du sud <https://www.lacledusud.be>

- Andere nog niet geteste BnB's in de buurt via airbnb.be.

