

"Xin Dao" Retreat Center



EEN WEEK YANG STIJL TAIJIQUAN Alleen in de middag

Wil je een Taijiquan-vorm leren of een vorm verbeteren/herinneren die je al hebt geleerd? Dan kun je dat doen op onze prachtige plek in het zuidwesten van Frankrijk.

Wij bieden een week Taijiquan aan. We hebben een prachtige buiten-dojo met spectaculair uitzicht op de bergen (de Pyreneeën).



Als je bij ons verblijft, kom je op maandagochtend aan en beginnen we maandagmiddag met de training. De week eindigt op vrijdagavond na de training. Als je eerder wilt komen of langer wilt blijven, neem dan contact met ons op.

We beginnen met EMei Qigong-strekoefeningen (E Mei Shen Zhan Gong). Daarna volgt tweeënhalf uur Taiji. De ochtenden zijn vrij om te genieten van de omgeving of een energetische behandeling bij Janet te boeken.

Deze week richten we ons op de Yang-stijl 108-vorm, de traditionele vorm die werd onderwezen door Yang Cheng Fu, kleinzoon van de oprichter Yang Lu Chan. Bernhard leerde deze stijl van zijn leraar Zhu Shao Fan. De vorm kenmerkt zich door vloeiende en langzame bewegingen.

Groep van maximaal 10 personen, minimaal 5. Beperkte overnachtingsmogelijkheden op het terrein. Kamperen mogelijk of accommodatie in de buurt.

All-in prijs:

810.- € p/p

- 4 nachten in een tweepersoonskamer in onze gîte of yurt (gedeelde badkamer en keuken)
- zwembad
- 4x ontbijt, 5x lunch en 5x diner
- 5 dagen training

Alleen training:

225.- € p/p

Volgende data:

01 - 05 September 2025

Bernhard Nessensohn & Janet Holtkamp
xindaoretreat@icloud.com
+33 6 70 98 77 98
www.xindaoretreat.eu