



## Persbericht

### Start introductiecursus in Venray

Benieuwd wat tai chi is en hoe het kan helpen? De Taoïstische Tai Chi Vereniging Nederland start een beginnersklas. Vanaf maandag 17 september worden de lessen wekelijks gegeven in Venray, wijkcentrum 't Stekske, Kruidenlaan 161 van 19:30 uur tot 21:30 uur. Tijdens de lessen wordt kennisgemaakt met de choreografie van de vorm en wordt de basis gelegd voor de verdere ontwikkeling van de tai chi. De eerste les is een gratis proefles. Later instromen is mogelijk.

### Gezonder door het leven

Tai chi werkt stressverlagend en is goed voor circulatie, balans, houding, kracht en lenigheid. De bewegingen zijn voor iedereen geschikt ongeacht leeftijd of fysieke conditie.

### Wereldwijd

Leden zijn welkom in alle klassen van de vereniging zowel in Nederland als in 25 andere landen, zonder bijkomende kosten.

### Taoïstische tradities

Het taoïsme benadrukt spirituele ontwikkeling door het cultiveren van lichaam en geest, met als uiteindelijk doel in harmonie te komen met jezelf en met de wereld. De grondbeginselen van de Taoïstische Tai Chi Vereniging Nederland zijn een afspiegeling van de taoïstische tradities waarin vrijwilligerswerk en anderen helpen belangrijk zijn.

### Contact

Aanmelden en info:

website [www.taoist.nl](http://www.taoist.nl)

email [info.oost@taoist.nl](mailto:info.oost@taoist.nl)

telefoon 0492-769032

### Locatie

Wijkcentrum 't Stekske

Kruidenlaan 161

5803 BV Venray

Wekelijks vanaf maandag 17 september van 19:30 uur tot 21:30 uur