

## Voor Nederlands scroll naar beneden

### **Weekly Classes** **Yuanqigong**

#### **Intensive Donggong/Movement Practice: Sunday Classes Yuanqigong** **Sundays all year long**

Yuanqigong is a Chinese meditative health practice, developed by Dr. Fu Qinglong and Dr. Dan KJ Vercammen, based on practices from the Southern Tradition of Taoist Internal Alchemy. Do you want to learn how to use your body in a naturally correct way? Are you looking for quietude and a feeling of space? Do you want to acquire a different view of health and illness or just learn to relax in order to start a new week? Then you will enjoy Yuanqigong. We teach different (sets of) exercises, self-massage techniques, breathing and meditation techniques. All are rooted in the science of Authentic Chinese Medicine and Taoist philosophy of life. These classes are organized in association with [jindanfa.com](http://jindanfa.com) and taught by Master of Taoist Arts Gijsbert Ruitenburg.

#### **Practical information:**

- where: China Arts College, Ballaarstraat 114, 2018 Antwerpen
- time: 9:45 – 11:45 am (door open from 9:30 am)
- clothing and shoes: see conditions [here](#)
- for all and especially for those studying for a degree
- more information about the course and fee: call +32(0)3/2895625 or mail us: [info@jindanfa.com](mailto:info@jindanfa.com)

### **Wekelijkse Lessen** **Yuanqigong**

#### **Intensieve Donggong/Bewegingstraining: Zondaglessen Yuanqigong** **zondagen hele jaar door**

Yuanqigong is een Chinese meditatieve gezondheidstraining, die samengesteld is door Dr. Fu Qinglong en Dr. Dan KJ Vercammen en die gebaseerd is op trainingen uit de Zuidelijke Traditie van de taoïstische innerlijke alchemie. Wil je jouw lichaam op een correcte, natuurlijke manier leren gebruiken? Ben je op zoek naar rust en ruimte? Wil je een andere kijk op gezondheid en ziekte leren kennen of gewoon ontspannen de nieuwe (werk)week tegemoet gaan? Dan is yuanqigong zeker iets voor jou. Je leert diverse (setjes van) lichaamsoefeningen, zelfmassagereeksen, adem- en meditatietechnieken, die alle geworteld zijn in de authentieke Chinese geneeswijzen en taoïstische levensfilosofie. Deze lessen worden georganiseerd in samenwerking met [jindanfa.com](http://jindanfa.com) en gedoceerd door Masters of Taoist Arts Gijsbert Ruitenburg en Esther Schenk.

- Praktische informatie:
- plaats: China Arts College, Ballaarstraat 114, 2018 Antwerpen
- tijd: 09:45 – 11:45 u (deur open vanaf 09:30 u)
- kleding en schoeisel: zie de algemene voorwaarden

- bedoeld voor allen
- voor meer info over inschrijving en prijzen: bel naar 03/2895625 of mail naar [info@jindanfa.com](mailto:info@jindanfa.com)