

# Versterk jezelf met Tai Chi, Qigong, Tai Chi Tai

Taichi- taichitao en qigong lessen



**Dinsdag 16 december 2025 van 09:00 tot 10:00 uur**

Over 2 weken



**Koningin Beatrixcentrum KBC Wehl - LOKAAL 1816**

Koningin Wilhelminastraat, Wehl, Nederland



**Terugkerende activiteit**

Wekelijks op dinsdag tot en met 10 februari 2026

**TAICHI QIGONG TAICHITAO** is een eeuwenoude Chinese bewegingsleer om beter te ontspannen, leren te voelen en langzaam te bewegen voor soepelere gewrichten, een sterker immuunsysteem, betere balans, ademhaling, lichaamsbewustzijn, valpreventie, coördinatie en spijsvertering. Geschikt voor iedereen, maar ook voor deelnemers met RA, COPD, MS, fibromyalgie, RSI, nek- schouder- rugklachten, stress klachten enz. Geen speciale kleding nodig. De oefeningen zijn eenvoudig te leren en je oefent op jouw eigen niveau. Niets moet, alles mag. Een eerste kennismakingsles is gratis. Na de les is er gelegenheid om koffie/thee te drinken.

## Voor wie

Volwassenen, Senioren

## Waarover

Gezondheid, Sport en bewegen

## Wat

Workshop / cursus



Ga voor meer informatie naar  
**[wehlvoorelkaar.nl/agenda](http://wehlvoorelkaar.nl/agenda)**

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...

Versterk jezelf met Tai C...

16-12-2025 /09:00 - 10:00

Koningin Beatrixcentrum K...