

"Le Pèlerin"

Taiji quan & qigong
<http://www.pelerin.nl> (klik)



Hallo iedereen!

De derde nieuwsbrief voor dit zomerseizoen 2014, de weken lopen goed vol met deelnemers er zijn nog een aantal plaatsen over. Indien je vragen hebt over de lessen taiji en qigong inhoudelijk is de leraar het aanspreekpunt. Voor vragen over het verblijf, wat dan ook, mail of bel gerust (info@pelerin.nl, 06-46632967).

Hoe ziet een vakantieweek eruit:

Er is altijd één groep aan het werk (met één leraar) en die hebben het rijk alleen gedurende de week. De leraar vult de week in zoals hij wil; in het kader van artistieke vrijheid. Er is ruimte om te wandelen (er zijn kaarten voor je), te zwemmen te fietsen (4-tal fietsen te leen) of op stap te gaan naar Langres (vestingstadje) of naar één van de kleine plaatsjes met hun abdijen, kerkjes en wasplaatsen. Luieren kan ook, er rijdt gemiddeld 1 autootje per uur langs dus: rust gegarandeerd!



Oefeningen op het omsloten taichiveld

De lessen vinden plaats in de binnenzaal, de buitenzaal of op het veld. Vraag aan je deelnemend leraar wat voor een programma hij opgesteld heeft.

Vorig jaar werd al om half zeven individueel gemediteerd met de opkomende zon in het gezicht (enig moment dat ik tijd heb om mee te doen jammer genoeg). Sommigen zaten met een slaperig hoofd aan het ontbijt, snel opgestaan na de avond bij het kampvuur, te lang doorgeslapen (en wijn?).... Ach, lekker vakantie, maar toch trainen, goeie combi hoor...



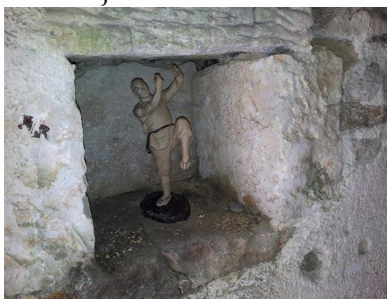
Verder..

In de zomer zijn er vele "vide greniers" (rommelmarkten) te bezoeken in de omgeving, concerten in de kathedraal. De moestuin wordt ruim en gevarieerd ingezaaid dit jaar. Ik hoop op een goede oogst (vorig jaar beetje mislukt qua variatie, nu heb ik iemand die me helpt), en hiermee veel lekkere gerechten op tafel te zetten.

Ruimte om te kamperen:



Mannetje in nis:



Wij gaan weer ons best doen:



Natuurreservaat

Net naast het Taiji centrum ligt het beschermd natuurreservaat. Een bijzonder gebied waar je een mooie wandeling kan maken. Wat let je om dit te doen bij opkomende zon vóór het ontbijt, velen zijn u reeds voorgegaan!

Tot gauw in de zomer, niet alle weken zijn vol, informeer bij de leraren op de Agenda:

http://pelerin.nl/nl_agenda.html (klik)