

**Roland van Sante**

Roland van Sante is in 1998 begonnen met zijn training T'ai Chi Ch'uan en hij heeft zich door de jaren heen verdiept in verschillende disciplines zoals: T'ai Chi (hand)Vorm, zwaard, wandelstok, TC boksen, push hands en Water Style Boxing (Lui He Ba Fa).

Roland is een beminlijk mens. Hij legt helder en enthousiast uit en kan ogenschijnlijk ingewikkelde T'ai Chi Ch'uan principes terugbrengen naar eenvoudige en praktische voorbeelden.

Door zijn beginnersmind is Roland ook een heel geschikte leraar voor beginners.

**Thema: Movement but no movement.**

Tai Chi Ch'uan is een interne bewegingskunst.

De omslag van extern met veel spierkracht - naar intern bewegen met steeds meer ontspanning is zeker geen gemakkelijke. Vandaag gaan we middels "mind" oefeningen en speelse partneroefeningen proberen hier een aantal stappen in te maken.

Het thema "bewegen maar niet bewegen" in samenspel met ons interne balans gevoel zal hierin een belangrijke rol spelen.

De workshop is geschikt voor zowel beginners als gevorderden.

zondag 30 september 10.00 – 17.00

Merwedestraat 41, Groningen  
de gymzaal op de hoek van de Merwede- en IJsselstraat

De kosten voor deze dag bedragen € 47,50.

**inschrijving voor deze workshop:**

1) Stuur zo vroeg mogelijk, en uiterlijk zaterdag 1 week voor aanvang een e-mail naar [info@taichiworkshopsgroningen.nl](mailto:info@taichiworkshopsgroningen.nl) en vermeld daarin je adresgegevens.

2) Om je van een plaats te verzekeren is het zaak zo vroeg mogelijk te betalen. We hebben het bedrag het liefst zaterdag 1 week voor aanvang ontvangen op rekening NL94TRIO0197914527 ten name van: 'STW Groningen' te: 'Groningen'

E-mail: [info@taichiworkshopsgroningen.nl](mailto:info@taichiworkshopsgroningen.nl)  
internet: [www.taichiworkshopsgroningen.nl](http://www.taichiworkshopsgroningen.nl)