

# Sung Tao



**Nieuwsbrief Sung Tao,  
22 november 2018.**

Lieve TCT-liefhebber,

## **Sung Tao 25 jaar**

17 november 1993 was de dag dat Henny van Geel begon met Sung Tao. Samen met haar Jan heeft ze Sung Tao niet alleen opgericht, maar ook doen uitgroeien tot een centrum waar sessies worden aangeboden aan deelnemers, een natuurgeneeskundige praktijk en de opleiding. Karin en Kees hebben het stokje 1 januari 2017 overgenomen.

Om dit feit te vieren hebben we met een groot aantal deelnemers een gezellig avondje gehad bij restaurant Osaka te Roosendaal op maandag 19 november. Er is gespecht, de jubilarissen zijn in het zonnetje gezet, we hebben lekker kunnen eten en er is ook genoten van enkele acts.

We danken vanaf deze plaats alle mensen die ons gefeliciteerd hebben. BEDANKT!

We toasten net zoals afgelopen maandag op de tijd die geweest is en op de toekomst.

## **Bijscholing in 2018**

De bijscholingen in 2019 zijn momenteel in voorbereiding. Er liggen wat ideetjes op de plank; er moet nog wat besproken worden... Het komt!

In 2018 hebben we nog één bijscholing te gaan en wel **de Tai Chi Bang**, vorm met de korte stok door Nathalie Tekke, docente bij onder meer onze eigen Docentenopleiding. Deze bijscholing / workshop vindt plaats op **zondag 2 december** a.s. Nathalie biedt **Tai Chi Bang 1,2 en 3** aan op deze dag.

In het eerste deel wordt het stokje vastgehouden tussen de handpalmen en worden de Laogong-punten gestimuleerd. Dit deel legt de basis voor het Tai Chi-voetenwerk en ontwikkelt concentratie en ontspanning;

In het tweede gedeelte is er meer aandacht voor gewrichts-draaiingen en –strekkingen en draaiing van het middel. Bewegingen uit dit deel zijn goed voor de gewrichten.

Deel drie is een wat krachtiger vorm, die zeer goed op onze manier aangepast kan worden uitgevoerd.

Alles bij elkaar voor docenten een leerzame bijscholing en voor beoefenaren van Tai Chi (Tao) ook een kans om op een ontspannen manier kennis te maken met deze bewegingsvorm.

Kosten voor deze dag: Relaties € 75; andere deelnemers € 85; de dag incl. lunch, thee, koffie, etc. Start 10.00 u; inloop vanaf 9.30 uur.

Op **13 januari 2019** vindt plaats de bijscholing / workshop **Geuren en de 5 elementen**.

Na overleg met Joes Bink is besloten om deze opnieuw aan te bieden. Op 14 oktober kon deze dag helaas geen doorgang vinden.

Een impressie van deze dag:

- Aromatherapie is het gebruik van 100% zuivere etherische oliën. De werkzame stoffen en geuren dragen bij aan meer balans, en gezondheid.
- We gaan het hebben over een aantal oliën, hun geur, kleur en werking vanuit de 5 elementenleer.
- Je krijgt kennis en manieren aangereikt voor het veilig gebruik van de oliën. We maken een geurreis waarbij je een aantal oliën gaat ruiken en ervaren.
- De meest toegepaste manier voor het gebruik van etherische oliën is het inademen. In het 2<sup>e</sup> gedeelte van deze dag ga je diverse ademhalingsoefeningen leren i.c.m. etherische oliën.

Een boeiend en geurig aanbod.

Kosten voor deze dag: Relaties € 75; andere deelnemers € 85; de dag incl. lunch, thee, koffie, etc. Start 10.00 u; inloop vanaf 9.30 uur.

### **Bijzondere aandacht voor de mantelzorgers**

Graag willen we in de Nieuwsbrief van Sung Tao aandacht besteden aan een bijzondere avond waarop de mantelzorgers in de gemeente Roosendaal en Rucphen in een muzikaal zonnetje worden gezet.

Maandag 10 december, aanvang 19.30 uur, zijn alle mantelzorgers met een eventuele introducé van harte welkom in Schouwburg De Kring aan de Nieuwstraat te Roosendaal bij het programma Back to the feeling.

Mantelzorgers zijn constant in de weer voor anderen. Deze avond zorgt de muziek voor hen, dit onder de bezielende leiding van Rudi Westerkamp en Mieke Roovers, organisatoren van deze unieke avond. Rudi en Mieke zijn tevens de oprichters van coachingspraktijk Top Life. Deze avond markeert tevens de aftrap van een reeks workshops "Tijd voor jezelf " waar de mantelzorger leert omgaan met de druk die gepaard gaat met de continue zorg voor een ander, dit alles dus in samenwerking met het mantelzorgpunt van Roosendaal en Rucphen.

Muziek helpt je ontspannen en weer opladen , een beter cadeau kunnen wij ons niet bedenken, alles komt letterlijk en figuurlijk in beweging. Met dit unieke theaterconcept brengt Rudi Westerkamp, arts in de Chinese Geneeswijze en voormalig pop journalist zijn twee passies samen; mensen helpen en muziek, beweging. Al twintig jaar traint en coacht hij, samen met zijn partner Mieke Roovers en zoon Jan Jaap mensen om het beste uit zichzelf te halen. Henny van Geel heeft bij hem haar BOCAM-opleiding gedaan.

**Back tot he feeling** begint met de bijna breekbare klanken uit begin twintigste eeuw en gaat via de weemoedige countrymuziek naar het swingende rock 'n roll tijdperk. Originele audio wordt afgewisseld met de ijzersterke live band, met topmuzikanten die spelen voor onder andere Waylon, Guus Meeuwis, Alain Clark en de Toppers. Rudi geeft met enkele luchtige, wetenschappelijke testjes het publiek een interactieve avond met diepgang. Mieke Roovers en Robert Maaskant presenteren de show.

Na de show maakt de geschiedenis een sprongetje naar dansmuziek van de seventies en eighties met DJ Tripple Bounce.

**Meld je aan via de link** [www.toplife.nu/muziekshow](http://www.toplife.nu/muziekshow) hier ook aanmelding voor de workshops.

[www.toplife.nu](http://www.toplife.nu) [info@toplife.nu](mailto:info@toplife.nu) T+31 165 571018 F+ 31 165571019 bezoekadres Top Life – Kloosterlaan 172-174 / 4811 EE Breda.

## Docentenmodule

In de vorige nieuwsbrief is kort aandacht besteed aan de docentenmodule die na de zomervakantie daadwerkelijk gestart is. Dit weekend vindt de 4<sup>e</sup> lesdag plaats. Er zijn 9 studenten die aan deze module deelnemen en het enthousiasme neemt elke keer toe. We treffen in hen een betrokken, open en ook gezellige groep mensen, die leergierig zijn en laten zien dat ze 'hun beste beentje' voor zetten. Onder begeleiding van de docenten Karin, Marleen en Nathalie worden stap voor stap de beginselen van bewegingsvormen aangeboden, is er aandacht voor lesgevend aspecten en de nodige theorie, ze leggen portfolio's aan waarin ze hun ontwikkeling stap voor stap kunnen bijhouden. Veel succes en bovenal leerplezier.

**Informatie: Karin Lindhout – Tai Chi Tao – Chi Kung centrum – Natuurgeneeskundige praktijk – Opleidingsinstituut, Raadhuisstraat 36B – 4701 PS Roosendaal – 06 55778580**

Email: [karin@sungtao.nl](mailto:karin@sungtao.nl)

[www.sungtao.nl](http://www.sungtao.nl)

Sung Tao



U wilt de nieuwsbrief niet ontvangen? Stuur mail naar [karin@sungtao.nl](mailto:karin@sungtao.nl)