

# 4 seizoenen in 1 dag

## Wereld Tai Chi Dag 2019

Regen ... zon en veel wind



Het is stil op straat, stil in de stad op deze koningsdag. In het wezenlanden park stroomt het water, de levenssappen, de CHI. De echt geïnteresseerde bezoeker kwam en wilde graag leren en horen over de bewegingsleer Tai Chi. Een oosterse aanpak van mindfulness en zelfverdediging.



De Mindset van vrede en eenheid "One world... One breath" waren de vibraties die doorgegeven werden via een Chi wereldgolf. Goed voelbaar in de bijzondere lessen van Mirke en Eerke. Pim heeft ons weer verrast met bijzondere thema's als adem en beweging en van Tin Jin naar Fa Jin. Sarita haar aanwezigheid en Yvonne's enthousiasme brachten je bij je Innerlijke kind, soms opstandig, soms teruggetrokken, dieren en manieren mooi om te zien gebeuren, het ontdekken in de nieuwsgierige staat van zijn. Het

wildplukken en proeven was een zoete aanwinst en een hartelijk welkomen, door Marijke Bijzitter en Geerte Cammeraat.

De Chinese cultuur wist Wang Ning goed weer te geven met zijn ambachtelijke kunsten van kalligrafie en snijwerk. Creatief met kalligrafie en water, monnikenwerk om dit in de regen te doen. Geduld werd beoefend en de hemel geschreven (in Chinese karakters).



Door de regen zijn we de dag gestart met Tai Chi warming-up, strek oefeningen onder het Provinciehuis Overijssel. Goed om ergens droog terecht te kunnen. Ook de rest van de ochtend werden de workshop sessies daar gegeven of in de grote tenten, waar een knusse sfeer ontstond. Tijd voor jezelf, tijd voor bezinning. Een warm kopje thee of een op hout gestookt vuurtje home made soep en broodjes. Van Tuin tot Tafel & Tesjoewa - eerlijk natuurlijk. Na regen komt zonneschijn en dat heb ik gemerkt tijdens mijn demonstraties van de verschillende groepen van Inner Touch Tai Chi. 45 minuten verschillende vormen achter elkaar doorlopend. Zo knap gedaan, met elkaar op het veld de Ba Duan Jin oefeningen, waar we 1 jaar op geoefend hebben. Ik had een spiekbrieffje opgehangen, van 8 meter lang ☺. Heb toen wel een kleurtje gekregen van de zon .... En van de inspanning.



Trots op iedereen die zo moedig was om te komen door regen en wind. Zo knap dat alle vrijwilligers bleven doen wat er van ze gevraagd was. In beweging blijven is dan toch het beste wat je kunt doen. Dus meer Tai Chi workshops en pushing hands uitwisseling op de stepbankjes of in de sumopakken.

De omgewaaide hekken weer rechtop zetten, ons spiekbriefje... hélp. Maar ook de in de lucht geslingerde tent weer voeten geven, met haring en al uit de grond gerukt. Verontrustend ja, maar gelukkig was de EHBO niet nodig, wel een verzekering waarschijnlijk. Door alle weersveranderingen hebben de markt mensen weinig bezoek gehad.... Helaas... nog eens hun namen, wij vonden het geweldig leuk dat je erbij was: Kung Fu Supply, Leguano schoenen, Asea; celherstel & celcommunicatie, Integratieve massage, Het Kennis Boek, Apeldoorn Tai Chi, Stichting Love Peace and Harmony, Flora and Mycena, van Tuin tot Tafel, Tesjoewa, Wang Ning, Inner Touch Tai Chi.

Er waren interessante mensen, veel nieuwe mensen en oprecht geïnteresseerde mensen. Er zijn weer bijzondere ontmoetingen geweest in een zeer ontspannen sfeer. De "global Tai Chi Wave" deden we dit jaar met sjaltjes in plaats van ons ritueel met ballonnen, dit uit milieu overwegingen, het gaf een kleurrijk effect en ze wapperden mooi in de wind. We hebben gelachen met elkaar, over richting geven, het loslaten en vangen. Plezier maken. Ook deze WTCD (17<sup>de</sup> editie, Zwolle) staat weer in mijn geheugen gegrift.



De reacties van leerlingen achteraf waren zeer positief, "goede sfeer", "veel geleerd", "fijne mix van mensen, echt van alles loopt er door elkaar", "het werd toch nog druk bezocht ondanks het weer en koningsdag", "ik ben veel langer gebleven dan ik dacht", "wat magisch om mee te kunnen lopen met de Inner Touch Tai Chi vorm samen met andere groepen, voor mij onbekende mensen, op het grote veld, ik volg nu 1 jaar Tai Chi lessen bij Mirke en had niet verwacht mee te kunnen doen, het voelde heel speciaal om hier deel van te mogen zijn", "zoveel afwisseling, zoveel te doen en te zien", "bij de

demonstratie aan het eind, de dierenform, had ik maar 1 dier niet geraden wat deed zij dat mooi. *Dat was Ghie Cotcheza*", "het verhaal plus de dierenform toen we in een kring er om heen stonden, hij was super aardig en grappig ik heb ook genoten van zijn workshops. *Oh je bedoelt Pim van den Broek*", "Pushing Hands is niks voor mij; dacht ik altijd, nou nu niet meer. Wat is dat leuk zeg! En wat valt er nog veel te ontdekken.", "zag je dat jongetje hij was zo gefascineerd door de draak, hij ging er helemaal in op", "ik had een bijzondere ervaring tijdens onze demonstratie van de Ba Duan Jin oefeningen, dit had ik nog niet eerder gevoeld, het voelde echt als 1 adem samen, als een school vissen of zwerm vogels, samen bewegen", "het was zo leuk om mensen weer te ontmoeten op z'n dag", "soms had ik wel moeite om een keuze te maken, zal ik mee gaan met het wildplukken of een integratieve massage", "het was voor mij de eerste keer en ik heb met verbazing staan kijken, wat heb je dit knap neergezet, wat een prestatie", "wanneer is het weer? Volgende keer wil ik ook graag meehelpen als vrijwilliger".

Op naar een mooi festival seizoen Tai Chi buiten is zo fijn. Kom bijvoorbeeld 16-18 aug. naar het North Sea Tai Chi festival in Zeewolde.

Voor volgend jaar hebben we alvast goed weer besteld.

Zaterdag 25 april 2020.

Judith van Drooge

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



## Wereld Tai Chi-dag in Weezenlandenpark te Zwolle

Het grote veld is weer door vele handen getransformeerd in een gezellig festival terrein. De vele kramen en tenten omheinen het grote veld waar de diverse workshops en demonstraties plaats vinden. De weergoden zitten ons s'ochtends niet mee, maar vanaf 12.00 uur is het prima weer.

Dit jaar de global wave met kleurige sjaaltjes, een heel mooi gezicht ál die mensen die tegelijk dezelfde patronen maken in de lucht met de wapperende sjaals. De grote kleurige draak verwelkomde iedereen ook dit jaar met zijn slingerdans over het centrale veld, terwijl het publiek ondertussen genoot van de heerlijke soepen en het zelfgemaakte brood. De dag is weer omgevlogen, zoveel verschillende workshops waaraan je kon deelnemen. Het bijzondere aan deze dag is dat er een sfeer van saamhorigheid, plezier en respect te voelen en te zien is welke stijl en niveau men ook beoefend.

Joke Butot



## Mijn eerste Tai Chi ervaring.

27 april 2019 maakte ik voor het eerst kennis met Tai Chi in Park de Weezenlanden te Zwolle op de wereld Tai Chi dag. Elke laatste zaterdag van april is er weer een nieuwe editie. Dit keer was het de 17de.

Ik kwam samen met mijn vriend iets verlaat aan en we hadden de opening dus gemist. Maar dat mocht de pret niet drukken, want ondanks het wat regenachtige weer werden er een heleboel varianten van Tai Chi gedemonstreerd door allemaal curisten van de Tai Chi school. Vervolgens was er de mogelijkheid met een aantal varianten kennis te maken.

Ik had gekozen voor pushing hands. De bedoeling is samen met elkaar bewegingen te maken met de handen tegen elkaar. Daarbij is concentratie en balans van belang. Niet te hard duwen, en ook niet te zacht. Uiteindelijk werd het een uitdaging de ander uit balans te brengen. oftewel het werd een soort spel. Ik vond dit een verrassend element.

Na de workshop waren we dorstig en hebben we een heerlijke chinese thee gedronken. Toen volgde nog een afsluitende demonstratie van Judith van Drooge, waarbij wederom iedereen mee mocht doen. We leerden allemaal Tai Chi bewegingen. De middag was voorbij gevlogen. Vooral het interactieve karakter maakte deze dag erg geslaagd. Ik overweeg voor de toekomst zeker om weer deel te nemen aan een workshop en zal de website van de school in de gaten houden. [www.inner-touch.nl](http://www.inner-touch.nl)

Tineke Klok





**We vonden de wereld Tai Chi dag super geregeld!** Sfeer was gezellig, relaxt en ontspannen. Ervaring uitwisselen en gezellig met elkaar kletsen, onder het genot van een heerlijk kop soep of tijdens het koffie/ thee moment. Mooi om te zien dat er zoveel variatie was qua workshops, voor ieder wat wils. En niet te vergeten de drankendans ☺. Zeker een aanrader voor volgend jaar. Het was een onvergetelijke dag! Vriendelijke groet van Raimond en Yvonne Mulder

**Ik heb genoten van een inspirerende wereld Tai Chi-dag in Zwolle.**

Voor mij begon de dag met het in orde maken van de kraam van organisator Judith van Drooge. De shirts, schoenen en tai chi DVD's liggen te wachten op nieuwe eigenaren. De global wave werd dit keer met sjaltjes gedaan, de wind zorgde voor een kleurig wapperend geheel! Tussen de middag brengen we met z'n vijven de fel gekleurde draak tot leven! Hij maakt een slingerdans over het veld en speelt kiekboe met de aanwezigen. Tussen de workshops door kom je in gesprek met allerlei mensen die geïnteresseerd zijn in Tai Chi of al een vorm van Tai Chi beoefenen of eens willen kijken naar de diverse demonstraties die worden gegeven. Ik zelf vind het geweldig om met grote groep een vorm te lopen, of kennis te maken met een andere Tai Chi vorm/aspect/wapen tijdens een workshop. Ik heb weer genoten van deze kleurrijke dag met z'n vele mensen, diverse workshops en inspirerende gesprekken met bekende -en onbekende mensen.



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

**WERELD TAI CHI DAG**  
 ZATERDAG **27 APRIL** 2019  
 VAN 10 TOT 16 UUR  
 PARK DE WEZENLANDEN ZWOLLE  
 achter het provinciehuis

**Workshops**  
 door ervaren Tai Chi Meesters vanuit heel Nederland

**Markt**  
 alles op het gebied van Chinese Arts en Welzijn

**spectaculaire Demonstraties**

**Welkom GRATIS EVENEMENT**  
[WWW.WERELDTAICHIDAG.NL](http://WWW.WERELDTAICHIDAG.NL)  
 Georganiseerd door: ST. GUINIA DIN DE WATERKASIER, donaties rek. nr. NL81ABNA0581682009 DANZU!

**PROGRAMMA WORKSHOPS**

Tijdsschema	Thema's	
10:00 - 10:30 uur	Gezamenlijke Start - Warming up met Judith van Drooge	
10:30 - 11:10 uur	Kalligrafie Wang Ning	Tai Chi Waaler Mirke de Kruijf
11:10 - 11:20 uur	Demonstratie Tai Chi Chuan vorm	
11:20 - 12:00 uur	Adem en beweging Pim van den Broek	Kinder Tai Chi Yvonne Mulder
12:00 - 12:30 uur	GLOBAL Tai Chi WAVE	
12:30 - 13:00 uur	Demonstratie Drakendans en verhaal van Ning en Pim	
13:00 - 13:45 uur	Kalligrafie Wang Ning	Tin Jin naar Fa Jin Pim van den Broek
13:45 - 14:30 uur	Demonstratie InnerTouchTaiChi groepen	
14:30 - 15:15 uur	Tai Chi Stok Judith van Drooge	Pushing Hands Mirke de Kruijf
15:15 - 15:30 uur	Demonstratie Tai Chi Chuan vorm	
15:30 - 16:00 uur	Gezamenlijke Afsluiting - Chi Kung met Judith van Drooge	

Doorlopende activiteiten: Reuzebellen Origami Haiku Zodiac Fotoshoot Sumoworstelen Stokvanspel Pushing Hands op een verhoging Kalligrafie Integratieve massage Love Peace and Harmony NL Het Kennis Boek

[WWW.WERELDTAICHIDAG.NL](http://WWW.WERELDTAICHIDAG.NL)