



T'ai Chi lentekamp Frandeux 2022



**VR 27 - ZO 29 MEI
& optie tot MA 30 mei**

www.chateaufrandeux.be

Louisa Peeters en An Warlop nodigen graag iedereen uit met minimumkennis van het 1 ste deel van de verkorte (37) vorm van Cheng Man Ching .
We gaan herhalen, verdiepen, verzachten en vooral ...ontspannen en genieten!

vrijdag 27 mei

17.00 u – 18.00 u aankomst en inchecken
18.30 u diner
20.00 u – 21.30 u vormflow, aanleren minivorm en staande meditatie

zaterdag 28 mei

07.30 u – 08.00 u vormflow en staande meditatie
08.30 u ontbijt
10.00 u – 12.00 u vormcorrectie en vormflow
12.30 u lunch
15.30 u – 17.30 vormcorrectie en vormflow
18.00 u diner
19.30 u – 21.00 u vormcorrectie, vormflow en staande meditatie

zondag 29 mei

07.30 u – 08.00 u vormflow en staande meditatie
08.30 u ontbijt
10.00 u – 12.00 u vormcorrectie en vormflow
12.30 u lunch
16.00 u einde kamp

15.30 u – 17.30 u / 19.30 - 21.00 u samen vrij oefenen, ...
18.00 u diner

maandag 30 mei

08.00 u ontbijt
10.00 u EINDE

P
R
O
G
R
A
M
M
A

O
P
T
I
E

De **BOULANGERIE** wordt ons centrale woongedeelte.
Hier bevinden zich ook de comfort kamers elk met een douche en toilet op de kamer.

1 persoonsbezetting van een comfort kamer : 400 € p.p.
2 persoonsbezetting van een comfort kamer : 360 € p.p.
1 kamer zonder voorzieningen (douchen in Écurie) : 320 € p.p.

In de **ÉCURIE** bevindt zich onze oefenruimte
alsook de basic kamers met douche/toilet op de gang.

1 persoonskamer 330 € p.p.
2 persoonskamer enkel bezet 360 € p.p.
2 persoonskamer dubbel bezet 310 € p.p.

L
O
G
E
R
E
N

In de prijzen zijn alle maaltijden en lessen begrepen t.e.m. zondag 16.00 u
Voor de bijkomende OPTIE t.e.m. MA 10.00 u bedraagt de toeslag 85 € p.p.

De heerlijke flexitarische maaltijden worden verzorgd door onze wereldkok Esther.



I
N
S
C
H
R
I
J
V
E
N

Inschrijven kan je met een mailtje aan warlopan@gmail.com
met vermelding van je kamertype en dieetvoorkeur.

Na inschrijving vragen we graag het cursusgeld binnen de 14
dagen over te maken op rekeningnummer BE22 0639 1146 1747
op naam van An Warlop met vermelding 'Lentekamp 2022'

Bij annuleren vóór 14/4 wordt 10% van het betaalde bedrag weerhouden,
vanaf 15/4 t.e.m.13/5 50% , vanaf 14/5 100%.

Uiteraard kan kosteloos een nieuwe cursist ter vervanging worden aangebracht
en bekijken we samen elke individuele situatie.

warlopan@gmail.com

INFO