



Nieuwsbrief Januari 2023

Samengesteld door Rinus van den Broek

In deze editie:

Hulde aan onze prijswinnaars	2
Contributie	2
Een Bocam therapeut en Qigong docent stelt zich voor	3
Cursus: Genees jezelf met het gebruiken van acumagneetjes	3
Specialisatie opleiding voor docent in Taijiquan	4
Extra lessen in de Taijiquan Vorm van Chi Kiang Tao	4
Nieuw elan in het CNGO	5
Wensen	6



Hulde aan onze prijswinnaars: twee keer GOUD voor het CNGO tijdens het NK Taiji in Utrecht

In het weekend van 12 en 13 november 2022 werd het 40-jarig bestaan van Stichting Taijiquan Nederland (STN) gevierd tijdens het STN Jubileumfeest.

De stichting werd opgericht in 1982 en is onverminderd actief.

Op zaterdag 12 november vond het Nationaal Kampioenschap Taiji plaats in Utrecht. In de categorie 'groepen' behaalde het CNGO de eerste plaats!

Het team bestond uit Piet Schuermans, Anita van der Ham, Lida Twigt, Ed Twigt en Caroline Evers. Jan Mutsaers hoort ook bij het wedstrijdteam maar was tot zijn grote spijt op het laatste moment verhinderd. Het team presenteerde de 47 handvorm en heeft afgelopen jaar wekelijks getraind om de groepsenergie te vergroten, gelijk te krijgen en om de Qi nog meer te laten stromen. Met zijn kennis en inzet wist docent Chris Stolk de puntjes op de i te zetten. Wij bedanken Chris hier hartelijk voor.

In de categorie van de duo's wisten Hanneke van den Berg en Marie Antoinette Sondeijker ook de eerste prijs te behalen. In spiegelbeeld voerden zij de moderne Yang-stijl 24 vorm uit. Hanneke en Marie Antoinette volgen les bij prof. Wen.

Ook dank aan haar voor het vertrouwen en de ondersteuning.

Op zondag werd het festival afgesloten met een geweldig mooie middag in Theater Zuilen in Utrecht. Er werden allerlei vormen van Taiji gepresenteerd. Het waren spectaculaire demonstraties en natuurlijk ontbrak de traditionele Leeuwendans niet. Aan vele oudgedienden en grote leraren werd het woord gegeven. Zij hebben zich de afgelopen 40 jaar ingezet voor de sport en werden daarvoor bedankt. Volgend jaar vinden de Nationale Kampioenschappen plaats op 18 november 2023. Wij kijken er naar uit en blijven trainen bij het CNGO voor nog betere resultaten in Taiji.



Contributie

In de vorige nieuwsbrief is er al een vooraankondiging geweest. De contributie wordt verhoogd met 10%. We komen op de volgende nieuwe tarieven per maand:

1 les per week: €40,60-

2 les per week: € 60,40,-

onbeperkt: € 80,60,-

Een Bocam therapeut en Qigong docent stelt zich voor

Graag stel ik me even voor. Mijn naam is Rianne Surtel. In 2012 nam ik een proefles Qigong en Taichi bij het CNGO, en mocht ik meteen ervaren dat mijn energie weer ging stromen. Een bijzonder moment. Mijn enthousiasme en interesse in de Chinese bewegingsleer en Traditioneel Chinese Geneeskunde is sinds die proefles alleen maar gegroeid.

Steeds meer werd de Chinese gezondheidsleer een vast onderdeel van mijn dagelijkse leven. In 2019 startte ik daarom met de Bocam beroepsopleiding. Afgelopen juni haalde ik het diploma. Ik vind het mooi om alle onderdelen van Bocam op maat in te kunnen zetten. Je kan dan denken aan bijvoorbeeld TuiNa massage, voedingsadviezen, visualisatie en meditatie, ademhalingsoefeningen en Qigong. Ieder onderdeel heeft zijn waarde en invloed op de vijf elementen. En in Bocam therapie komen alle onderdelen samen. Het is geweldig om te zien hoeveel kracht mensen weer kunnen krijgen.

Ik ondersteun je graag op je weg naar een sterkere gezondheid. Je kan me bereiken op 06-29375726. Met hartelijke groet, Rianne



Cursus: Genees jezelf met het gebruiken van acumagneetjes.

Op woensdag 25 januari van 10.00 tot 13.00 uur.

Help je zelf bij klachten door het plaatsen van kleine magneetjes op acupunten of het gebruiken van moxa.

Zowel in april als in oktober hebben we een ochtend les gegeven in het behandelen van jezelf bij vele klachten. Hierop krijg ik nog steeds positieve reacties.

Zoals "ik slaap veel beter met de magneetjes" of "ik was heel snel van de griep af"; "ik had een keertje buikloop en na het plaatsen van twee magneetjes was het binnen een uur over", "ik gebruik niets meer om in te slapen", enzovoorts

Daarom heb ik besloten om op woensdagochtend 25 januari de cursus te herhalen.

We behandelen acupunten voor veel voorkomende klachten.

Diverse soorten hoofdpijnen, buikpijn, maagpijn, inslaap problemen, doorslaap problemen, obstipatie, diarree, hoge bloeddruk, koorts, verkoudheid, rugpijn, gewrichtsklachten zoals reuma of artrose, punten voor longklachten en herstel na corona.... of... op verzoek.

Bij een aantal klachten zullen we tevens verwijzen naar de juiste oefening, voeding of andere hulpmiddelen om het genezende effect te vergroten.

De meeste acupuncten die we behandelen zijn zogenaamde commando punten en liggen op hand en pols of onderbeen en voet.

Wanneer we een acupunct behandel, bijvoorbeeld voor inslaap problemen of voor diarree dan geven we bij elkaar met een oogpotlood de juiste plaats aan (dus wel even voeten wassen:) Want het is de bedoeling dat je het geleerde ook werkelijk kunt en gaat gebruiken!

Een acumagneet kan drie tot vijf dagen op de huid blijven zitten. De therapie is bij de juiste keuze van de punten absoluut effectief! Vaak al binnen enkele uren merkt u dat de klacht verdwijnt en bij bijvoorbeeld rugpijn deze beduidend minder wordt.

Een cursus waar u nog vaak baat bij zult hebben!

Over de kosten: voor de syllabus met daarin de acupuncten vragen we € 5,--

Een strook van 12 magneten kost € 18,-- Deze uitgave is eenmalig, de magneten zijn jarenlang te gebruiken en kunnen worden overgeplakt op kleine pleisters.

Deze kosten per velletje van 12 pleistertjes is 1 euro.

De bijdrage voor de cursus is € 35,-- voor CNGO leden. Niet leden betalen € 50,--

We zullen in deze drie uur niet alle hierboven genoemde klachten kunnen behandelen maar een keuze moeten maken. Afhankelijk van animo en enthousiasme kunnen we vervolgcursussen afspreken. Aanmelden bij de receptie.

Specialisatie opleiding voor docent in Taijiquan

(waarbij iedereen met interesse ook enkel aan het ochtend- of middagprogramma kan deelnemen!).

Een opleiding voor docent in Taijiquan als Bocam Specialisatie. Maar daarnaast in zijn geheel of per onderdeel (ochtend of middag) ook toegankelijk voor iedereen die zijn of haar beleving van de Taijiquan wil verdiepen. En daarvoor kennis wil maken met Kung Fu, de 'roots van de Taijiquan' en met Baqua, de 'zuster van Taijiquan'.

De opleiding omvat 11 zondagen en start op zondag 12 februari.

Of je wel of niet docent wilt worden? Deze opleiding zal in ieder geval je energie versterken op alle drie nivo's: jing, qi en shen. Meer weten?

Zie voor een uitgebreide omschrijving van inhoud en doelstelling onze website.

Extra lessen in de Taijiquan Vorm van Chi Kiang Tao.

Als voorbereiding op de Specialisatie opleiding voor TJQ docent en voor iedereen met interesse geven we extra les in de Taijiquan Vorm van Chi Kiang Tao (de Vorm die we in ons centrum het meest beoefenen).

Dit op zondagen van 10.00 tot 12.30 uur op zondag 8 januari; zondag 15 januari, zondag 22 januari en 29 januari. De bijdrage voor een Vorm training is € 20,-- per keer. De lessen worden gegeven door mij of TJQ docenten van het CNGO.

Nieuw elan in het CNGO

Al 23 jaar ben ik met mijn vrouw eigenaar van het CNGO. Geen enorm groot bedrijf maar wel met veel poten: een ontmoetingscentrum met winkeltje en bar; een sport- en bewegingsschool; een therapie praktijk; een beroepsopleiding in de weekenden en ook nog extern werk, zoals lessen in bedrijfsleven, voor ouderenbonden, enzovoorts.

Dit betekent ook veel kantoorwerk. In het begin nog niet zoveel maar met het groeien van het bedrijf steeds meer. Het grootste deel van mijn tijd ging hieraan op.

Terwijl mijn hart ligt bij lesgeven in Qigong, Taijiquan, en de Filosofie en Chinese geneeswijze overdragen.

Daarom zijn Anky en ik bijzonder blij dat we in deze Nieuwsbrief kunnen aankondigen dat het eigendom van het CNGO per 1 januari in andere handen valt. Ik blijf aan het CNGO verbonden, ben blij met de overdracht en blij dat ik nu meer de dingen kan doen die ik leuk vind!



De drie nieuwe eigenaren zijn:

Vera Leyten, binnen de Bocam opleiding is zij als docent verantwoordelijk voor de autogene training en meditatie. Ze heeft als Bocam therapeut een bedrijf dat is gericht op het herstellen van Burn-outs.

Linda van Sluisveld, heeft een eigen praktijk waarin TuiNa en Bocam therapie met elkaar worden gecombineerd. Daarnaast is ze docent voor de vakken TCM en Tui Na op de Bocam opleiding.

Harold de Bie, komt uit het zakenleven. Hij is tweedejaars student aan de Bocam en heeft aan den lijve ervaren wat Bocam is ... en is daardoor enthousiast geworden.

Het CNGO en Bocam was voor Anky en mij 23 jaar geleden een droom. Iets toevoegen, iets geven aan anderen, iets wat blijft en zich verspreid...

Wij hebben die droom gestalte kunnen geven, maar... toch slechts een zaadje gepland. Daarom zijn we dankbaar dat we drie fantastische, enthousiaste, energieke en deskundige mensen hebben gevonden die ons zaadje voeden en laten groeien.

Wanneer ik aan 'deze drie' denk (met de rechter hersenhelft = meer het beeldend denken:) zie ik een grote sterk boom, diep geworteld met ontelbare vruchten.

Dat nog velen mogen genieten van hun werk!

Wat wij wensen

Dat er balans ontstaat tussen yin en yang, geven en nemen, zowel in de natuur als in de mens en zeker ook in de relatie tussen de mensen.

Dat mensen leren te genieten van naar het lichaam te luisteren; de hart-qi te voelen en mededogen te ontwikkelen.

En zelf verantwoordelijkheid te nemen voor gezondheid en geluk.

Dat mensen tot inzicht, rust en vrede komen en ontdekken dat het leven een kringloop is, waarin al het negatieve dat je verspreid ook weer bij je terugkomt, gelukkig net als het positieve.

En dat het CNGO hierbij nog lang een stimulator mag zijn!

Dat zijn wensen die ik namens alle medewerkers en docenten en zeker ook namens de nieuwe eigenaren mag uitspreken.

**Daarnaast danken Anky en ik jullie allen
voor de steun en het vertrouwen en
wensen we iedereen een
gezond en beweeglijk nieuw jaar toe!**