

**Oriental Wellness**

📍 GYMZAAL TEN VELDESTRAAT TEN VELDESTRAAT 94

✉ info@orientalwellness.nl🌐 <http://www.orientalwellness.nl>

☎ +31628137135

SPORTEN

Meditatie Tai chi Taijiquan Qigong Body & Mind + 1 sporten

DAGEN

Ma. Wo.

Rooster

ACTIVITEIT	DAG	TIJD	LOCATIE
Tai Chi en Qi Gong	Ma.	19:45 - 21:00	Ten Veldestraat 94
Online Qi Gong voor vrouwen	Wo.	20:00 - 20:50	Ten Veldestraat 94

Op woensdagavond is er les speciaal voor vrouwen. De oefeningen die je op woensdagavond leert zijn erop gericht de hormoonhuishouding weer in balans te krijgen of in balans te houden. Zeer geschikt dus als je bijvoorbeeld menstruatie- of overgangsklachten hebt maar ook als je sterker in je vrouwelijke energie wilt staan.

Meer informatie<https://www.sportstad-utrecht.nl/sportaanbieder/oriental-wellness/>