

# Zesdaagse zomercursus tekenen, schilderen & meditatie Oost- Vlaanderen België



**Duur/datum:** Zondag – vrijdag 19-24 aug. 2018  
**Kosten:** € 697,-  
**Incl.:** Volpension\* en cursus  
**Accommodatie:** Oude Abdij Drongen Gent België  
**Afstand:** Ca. 190 km vanaf Utrecht  
**Niveau:** Beginners en gevorderden  
**Inschrijven:** [www.kunstenhuis.nl /beeldend](http://www.kunstenhuis.nl/beeldend)



Deze cursusweek is voor iedereen toegankelijk door het ruime aanbod van diverse verschillende cursusonderdelen. In plaats van schilderen, kunt u Yoga, Tai Chi, Qi Gong of Zen meditatie volgen. Ons begeleidend team bestaat uit 4 docenten en zij gaan u een leuke en gezonde zomercursus week bezorgen!

*De Oude Abdij Drongen*

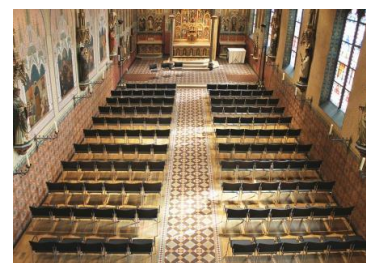
**Slapen, eten en drinken:** we logeren in de Oude Abdij Drongen en is gemakkelijk bereikbaar met openbaarvervoer. De Abdij is gevestigd in een historisch kloosterpand en ligt 5 km. van het levendige stadshart van Gent. Met zijn uitgestrekte tuinen langs de Leie is het hier een ideale plaats om u even terug te trekken om daarna met vernieuwde energie en inzichten opnieuw de wereld in te gaan.

De dagelijkse maaltijden bestaan uit een driegangenmenu of buffet. Drankjes, bier of wijn zijn tegen betaling te verkrijgen. Gezellig praten tijdens de maaltijd is toegestaan. Voor en na de maaltijd hoeft u niet te bidden en het eetgerei kunt u na het eten laten staan.



Voor diegene met een dieet kan een vegetarische- of speciale maaltijd geserveerd worden. Vooraf opgeven s.v.p.

**Ontbijt:** 08.30 – 09.30u.  
**Hoofdmaaltijd:** 12.30 – 13.30u.  
**Lichte avondmaaltijd:** 18.30 – 19.30u.



**Goed om te weten:** in verband met het kloosterleven is het verzoek om na 22.00 uur. geen lawaai meer te maken. Een grote parkeerplaats bevindt zich binnen de kloostertuin. De tuinpoort sluit dagelijks om 22.30u.

**Kerkdienst:** de grote eucharistieviering vindt plaats op woensdag en vrijdag, u bent vrij dit bij te wonen.

**Voorzieningen:** een rolstoelvriendelijk accommodatie. Alle kamers met eigen sanitair en WIFI.



1 of 2-persoonskamer met douche en toilet



Meditatie ruimte



Atelier

\*Volpension minus 3 maaltijden, omdat we naar andere plaatsen gaan, niet in de buurt van het klooster.

**Cursus:** Een unieke cursus waarin tekenen en schilderen samen gaan met meditatie. Tijdens de cursusweek zijn vier docenten aanwezig. Buiten in de natuur tekenen, schilderen en mediteren brengt u geestelijke ontspanning en ontwikkelt uw intuïtie.

De cursus begint iedere morgen met Tai Chi oefeningen, daarna gaat de groep uiteen in twee groepen. Een groep gaat met 3 docenten naar een mooie locatie tekenen of schilderen. De andere groep gaat met de meester Jos Horst, Yoga, Tai Chi of Chi Kung oefenen of op eigen gelegenheid wandelen in het natuurpark. Iedere avond vóór u gaat slapen, kunt u nog afsluiten met een Zen meditatie. Per dag wordt er vier tot acht uren les gegeven. U kunt per dag uw eigen cursuskeuze maken, komen en gaan naar eigen wens.

**Schilder-, bezoek-, en wandel-locaties:** de oude kasteeltuin, de rivier de Leie tussen de rustgevende bossen. De galeries en musea in de historische stad Gent zijn ideaal om te bezoeken, te tekenen, te schilderen en te wandelen.



Gent



kasteel Ooidonker



Oude Abdij



Kloostertuin

### Docenten



**Ruomei Tan:** de hoofddocente en oprichter van dit zomer cursusproject. Ze is geboren in Beijing China en heeft in China aan de kunst/keramiek academie gestudeerd. In Nederland is ze aan de Rietveld academie afgestudeerd. Inmiddels heeft zij al 31 jaar werkervaring in Nederland als docente voor Westers klassiek tekenen, Chinees en Japans schilderen en kalligrafieren. Zij is een strenge docente en heel direct met praten, maar ook heel zorgzaam en lief. Tijdens deze zomercursus zal zij u de technieken van Klassiek tekenen, Chinees/Japans schilderen en kalligrafieren aanleren.



**Reijer Sluis:** (vrijwilliger-docent) geboren in Zaandam. Woont en werkt in Amsterdam. Afgestudeerd aan de Rietveld Academie en Rijksacademie voor Beeldende Kunsten. Hij is gespecialiseerd in tekenen, olieverf, acryl, pastel, tempera en aquarel. Reijer is een kunstzinnig man met veel humor. Met veel plezier geeft hij al 38 jaar schilderles. Tijdens de zomercursus zal hij u tekenen, olieverf, acryl, leren.



**Jos Boogaard:** Na de middelbare school heeft ze de Akademie voor Beeldende Kunsten in Arnhem gevolgd waarvan drie jaar de docenten opleiding Teken en Schilderen en vijf jaar Vrij Schilderen. Al meer dan 30 jaar geeft ze wekelijks teken- en schildercursussen voor kinderen, jongeren en volwassenen. Zij is een gezellige vrouw met veel humor, maar ook heel zorgzaam. Tijdens deze zomercursus zal zij u aquarel-, olieverf- en acryl-schilderen leren.



**Jos Horst:** Sinds 1975 beoefent hij Tai Chi Ch'uan en heeft getraind bij meerdere wereld bekende masters o.a. meervoudig wereldkampioen Taiji, Thierry Alibert uit Frankrijk en Taiji master Erle Montaigue uit de UK. Jos volgde ruim 20 jaar meditatie training en Pencak Silat bij grootmeester Pak Flohr. De Yoga opleiding deed hij in India bij Yoga Acharya Dr. Kumar Pal en bij Rita Beintema. Hij geeft 35 jaar wekelijks les en Tai Chi masterclasses aan docenten. Jos Horst is een rustige man en heeft veel geduld. Tijdens deze zomercursus zal hij u de Hatha Yoga, Tai Chi, Qi Gong en Zen meditatie aanleren.

# Voorlopig dagprogramma

## Tekenen & schilderen

Docenten: Ruomei Tan, Jos Boogaard, Reijer Sluis



### Zondag 19 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
Vanaf 11.00	welkom met thee, koffie en broodjes op parkeerterrein, daarna bezoeken we twee kunstmusea	Gent
16.30 - 17.40	inchecken bij de Receptie	Oude Abdij Drongen
17.45 -18.15	kennismaking met docenten en de deelnemers	eetzaal
18.15 -19.30	het eerste avondmaal.	eetzaal
19.30- 21.30	voorbereiden voor tekenen en schilderen	atelier

### Maandag 20 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
10.00 -12.00	tekenen en schilderen rondom het klooster	klooster
14.00 - 18.00	tekenen en schilderen in de kloostertuin	kloostertuin
19.30 - 21.30	werkbespreking, tekenen/schilderen of Zen meditatie	atelier

### Dinsdag 21 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
10.00 - 12.00	tekenen en schilderen van stadsgezicht	Gent
14.10 - 18.00	tekenen en schilderen van stadsgezicht	Gent
19.30 - 21.50	vrij besteden	klooster

### Woensdag 22 Augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
10.00 - 12.00	tekenen en schilderen in de kloostertuin	kloostertuin
14.00 - 18.00	tekenen en schilderen aan de Leie	buiten het klooster
19:30 - 21.30	tekenen/schilderen of werkbespreking met docenten	atelier

### Donderdag 23 augustus

10.20 -12.30	tekenen/schilderen in de kasteeltuin van Ooidonker	Kasteel Ooidonk
14.00 -17.00	tekenen/schilderen in de kasteeltuin of galerie bezoeken	Sint-martens-latem
17.15 -18.20	tentoonstelling inrichten	atelier
19.30 - 21.50	werkbespreking en gezellig bijkletsen met een drankje	atelier

### Vrijdag 24 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
10.00	uitchecken, eindschoonmaak is niet nodig	receptie

**Attentie:** het dagelijks programma kan door een of andere omstandigheid, bijv. het slechte weer, veranderen.

#### Docenten tekenen en schilderen

Ruomei Tan [www.china-art.nl](http://www.china-art.nl) [info@china-art.nl](mailto:info@china-art.nl) Tel. 0615500278

Reijer Sluis [www.reijersluis.nl](http://www.reijersluis.nl) [reijersluis@gmail.com](mailto:reijersluis@gmail.com) Tel. 0644828576

Jos Boogaard [www.josboogaard.nl](http://www.josboogaard.nl) Tel. 0166-652179

# Yoga, Zen meditatie, Tai chi & Chi Kung (Qi Gong)

Begeleider: Jos Horst  
Zen-cirkel en kalligrafie: Ruomei Tan



## Zondag 19 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
21.00 - 21.50	voorbereiding en kennismaking met Zen meditatie	meditatie ruimte

## Maandag 20 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
07.50 – 8.30	Tai Chi vrije deelname	kloostertuin
10.30 - 11.30	Qi Gong meditatie Zen-cirkel met penseel	atelier
11.30 - 12.00	introductie Yoga	Meditatie ruimte
14.00 - 16.30	sportieve wandeling	klooster omgeving
20.10 - 21.00	introductie Zen meditatie	Meditatie ruimte
21.10 – 21.50	zen meditatie	Meditatie ruimte

## Dinsdag 21 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
07.50 – 8.30	Tai Chi vrije deelname	kloostertuin
10.00 -10.30	introductie Qi Gong	kloostertuin
10.30-11.10	Qi Gong	kloostertuin
11.10	samen naar Gent	Gent
13.30 – 17.30	wandeling	Gent
19.30 - 21.30	vrij besteden	klooster

## Woensdag 22 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
07.50 - 08.30	Tai Chi vrije deelname	kloostertuin
10.10 - 12.20	Qi Gong, Chinese kalligrafie met penseel	meditatie zaal/Atelier
14.00 - 17.30	sportieve wandeling in Natuurpark	omgeving klooster
17.40 - 18.20	training bespreking	meditatie ruimte
20.00 - 21.10	Yoga oefening	meditatie ruimte
21.20 - 21.50	zen meditatie	meditatie ruimte

## Donderdag 23 Augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
07.50 - 08.30	Tai Chi vrije deelname	kloostertuin
10.00 - 11.30	Tai Chi en Qi Gong training,	kloostertuin /Meditatie ruimte
11.30	samen naar Kasteel Ooidonker	kasteel Ooidonker
13.40 - 17.30	wandeling in natuurpark van Ooidonker	kasteel Ooidonker
19.30 - 21.50	laatste werk bespreking	atelier

## vrijdag 24 augustus

Tijd	Inhoud	Plaats
07.50 - 08.30	Tai Chi vrije deelname	kloostertuin
08.30 - 09.30	laatste ontbijt	eetzaal
10.00	uitchecken, eindschoonmaak is niet nodig	receptie

## Yoga, meditatie & Tai Chi meester

Jos Horst [www.joshorst.nl](http://www.joshorst.nl) Tel. 0166-652179

# Zesdaagse zomercursus Teken en schilderen en meditatie Oost- Vlaanderen België

KunstenHuis  
De Werkschuit  
De Bilt-Zeist

## Inschrijfformulier

**Datum:** 19 – 24 augustus 2018  
**Kosten:** € 697,- per persoon op een twee-persoonskamer  
**Minimaal deelnemers:** 18

**Incl.** 5 overnachtingen met volpension\* , alle dagen cursus.

**Excl.** vervoer, entree en parkeren, kosten voor het park, teken- en schildermateriaal.

**Voorwaarden:** zodra u aanbetaald heeft via automatische incasso, bent u verzekerd van deelname. Als u daarna afziet van deelname is restitutie van de aanbetaling helaas niet mogelijk, omdat we ook onze verplichtingen hebben. Voor de reis en accommodatie kunt u eventueel een annuleringsverzekering afsluiten via uw eigen verzekering. Bij onvoldoende deelnemers kan de reis niet doorgaan en krijgt u de aanbetaling terug.

Nadat u het formulier ondertekend heeft opgestuurd en de aanbetaling via automatische incasso van €350,- is geslaagd (wordt **rond 20 april 2018** afgeschreven), sturen wij een bericht van reservering. De tweede betalingstermijn zal **rond 20 juni 2018** afgeschreven worden. Daarna krijgt u van ons het deelnamebewijs en een programmaboek met daarin het dagelijkse cursusprogramma, het adres en telefoonnummer van de accommodatie en de routebeschrijving.

Er is een beperkt aantal kamers beschikbaar. Gelieve zich vóór **1 april 2018** op te geven. Na deze datum kunnen we alleen nog kamers op extra aanvraag behandelen.

**Ja**, ik geef mij op voor de zomer **schildercursus van 19 – 24 augustus 2018**. De voorwaarden zijn mij bekend.

Achternaam: .....

Voornaam: .....Geboortedatum: .....

Adres: ..... Postcode .....

woonplaats.....

Telefoon: ..... Mobiel: .....

IBAN-rekeningnummer.....

E-mail: .....

Ik wil een 1-persoonskamer, toeslag € 25,- per week.

Ik neem een 2-persoonskamer.

ik wil leren Chinees schilderen / aquarelleren of acryl / tekenen / Yoga / Taichi / Meditatie / alles (omcirkelen waar uw voorkeur naar uitgaat, meerdere opties mogelijk)

Opmerking.....

Datum: ..... Handtekening: .....

Opsturen naar: KunstenHuis de Bilt/Zeist, Postbus 327, 3700 AH, Zeist.  
Of inleveren bij receptie op Egelinglaan 2b, in Zeist.

\* Volpension minus 3 maaltijden, omdat we naar andere plaatsen gaan, niet in de buurt van het klooster.

**Attentie: Om fouten te voorkomen vult u het formulier in met blokletters s.v.p. Eén formulier per persoon**