



Opening van het nieuwe tai chi seizoen op 16 mei om 11u aan de Vismarkt door Eerste Schepen Alain Courtois.

Op initiatief van Eerste Schepen Alain Courtois en gezien het grote enthousiasme de voorbije vijf jaar heeft de Stad Brussel beslist om de gratis tai chi sessies voor het brede publiek voor een jaar te verlengen. Van 16 mei tot 30 september zijn er wekelijks tai chi lessen in open lucht in verschillende parken en openbare ruimtes van de stad Brussel. Het uurrooster werd lichtjes gewijzigd en het Albertinaplein vervangen door de Vismarkt, toegankelijker voor het publiek.

Zoals de vorige jaren wordt een professionele omkadering voorzien door de twee partnerorganisaties van de Stad, de "Taoïstische Vereniging van België" en de vereniging "Yong Nian Shi Tai Chi Quan".

In 2016 en 2017 hield de Internationale Tai Chi Taoïstische Vereniging een bevraging (improving lives around the World) bij haar leden. De resultaten van deze enquête beklemtonen het positieve effect van deze sport op de mentale en fysieke gezondheid van de beoefenaars en de vaststelling dat de deelnemers minder beroep hoeven te doen op medische verzorging. Vierentwintig landen (waaronder België) namen deel aan deze enquête die kon rekenen op meer dan 18.000 antwoorden, twee derden van de respons kwam van 60 plussers.

"Ik wil dit avontuur, dat elk jaar opnieuw meer succes kent, verderzetten. De resultaten van de enquête van de Internationale Tai Chi Taoïstische Vereniging bevestigen, op basis van cijfers, de heilzame werking van deze fysieke oefeningen en versterkt mijn beleid om sport toegankelijker te maken, obstakels weg te werken en zoveel mogelijk personen aan te zetten om te bewegen in hun onmiddellijke omgeving. Parken en openbare ruimtes zoals de Vismarkt zijn hiervoor de aangewezen locaties" zegt schepen Alain Courtois.

De verschillende locaties zijn :

- opening van het tai chi seizoen door Alain Courtois, Eerste Schepen en Schepen van Senioren van de Stad Brussel op Woensdag 16 mei om 11u aan de Vismarkt (ter hoogte van de metro uitgangen)
- Jubelpark (S Punt Jubelpark) – elke dinsdag en vrijdag van 14u tot 16u
- Solariumpark in Neder-Over-Heembeek – elke woensdag van 14u tot 15u30
- Koninklijk Park van Brussel (Kiosk) – elke donderdag van 12u tot 13u30
- Ter Kamerenbos (Jeux d’Hiver) – elke zaterdag van 14u tot 16u
- Sobieskipark in Laken (Speelplein) – elke zaterdag van 14u tot 15u30
- Vismarkt (uitgang metro) – elke zondag van 11u tot 12u30

Voor meer informatie:

Site internet: www.brussel.be/senioren

Tel 02 279 34 95 (dienst Senioren van de Stad Brussel)

Perscontact: Alexia de Marnix - 02 279 47 54