

Een dagje zomercursus – zaterdag 2 aug. 2025

Fort Ruigenhoek



Docente Ruomei Tan is rond 9.15 uur aanwezig.

De poort is om 09.30 uur open



09.45-12.15. Ochtend workshop

Zen zien tekenen met potlood of pen en aquarel

13.00-17.30. Middag workshop

Chinees en Japans Zen schilderen of kalligrafie en meditatie

17.45-19.00. Een gezellige avondmaaltijd met sushi of chinees

De poort gaat sluiten rond 19.15 uur.



Fort Ruigenhoek, omgeven door een vijver, is de ideale plek voor rust en creativiteit. Hier kun je in stilte tekenen, schilderen en mediteren. Zen zien tekenen en Chinees Zen schilderen of kalligrafie is een meditatieve praktijk die je bewustzijn vergroot, je concentratie versterkt en innerlijke harmonie bevordert. Het resultaat komt vanzelf, vanuit een ontspannen geest. Je werkt met potlood of Chinees penseel. Er zijn twee workshops op 2 augustus, je kunt zelf kiezen of je voor één workshop wilt aanmelden of voor beide.

Workshop: 9.45 – 12.15

kosten: €55

Zen zien tekenen en schilderen met potlood of pen met aquareel

Je leert echt te zien, door niet alleen met je ogen maar ook met je hart te kijken. Je zet indrukken direct op papier, zonder visuele controle, en ontdekt nuances in licht, donker, vormen en afstanden. Je werkt met potlood of pen met aquareel.



Zelf meenemen

- Een stoeltje en drinken en bekertjes
- Potloden (1 t/m 6 B), kleurpotloden of aquarel verf
- zacht gum
- Teken/schetsblok en waterpot.
- Puntenslijper om punten te slijpen
- opvouwbaar stoeltje

Workshop: 13.00 – 17.30.

kosten: €99

Chinees en Japans Zen schilderen en meditatie met thee en klankschaal

Deze middagworkshop heeft verschillende programma's. Je bent vrij om zelf een keuze te maken, je kunt er ook voor kiezen de hele middag te schilderen en kalligraferen. Docente Ruomei de hele dag aanwezig om je te helpen. De cursusprijs is inclusief Chinees of Japans schildermateriaal. Er zijn 2 andere docenten die op tijdstip aanwezig zijn.



Middagprogramma's

13.00. Welkomen thee en koffie

13.00 - 14.30

Zen schilderen of kalligrafie met penselen en inkt



14.30 - 15.30

Thee ceremonie met docente Annemarie de Bel

Tijdens deze workshop zal docente Annemarie je leren hoe je thee kan voorbereiden en laat je kennismaken met verschillende thee uit China



15.45 - 17.15

Meditatie klankschaal met docente Ruosha De Vries

Een klankreis is een meditatievorm waarin je wordt ondergedompeld in geluidsvibraties van verschillende instrumenten zoals klankschalen, een gong en stemvorken. Het is een perfecte manier om het lichaam wat welverdiende aandacht en rust te geven waardoor de geest en ons zenuwstelsel tot rust komen.

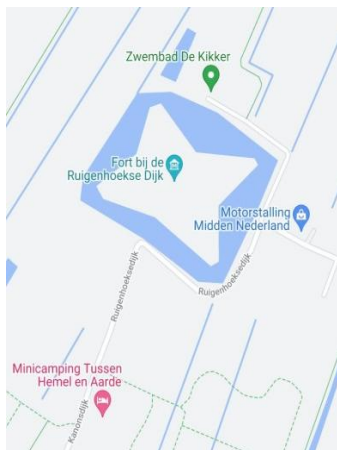
Zelf meenemen: een yoga matje en een kussen.

17.15 - 17.30. Ruimte voor vragen en antwoorden.



Kosten: €25

17.45 - 19.00 Gezellig bijpraten met avondmaaltijd Sushi of Chinese Dim Sum.



Locatie en bereikbaarheid

Fort Ruigenhoek

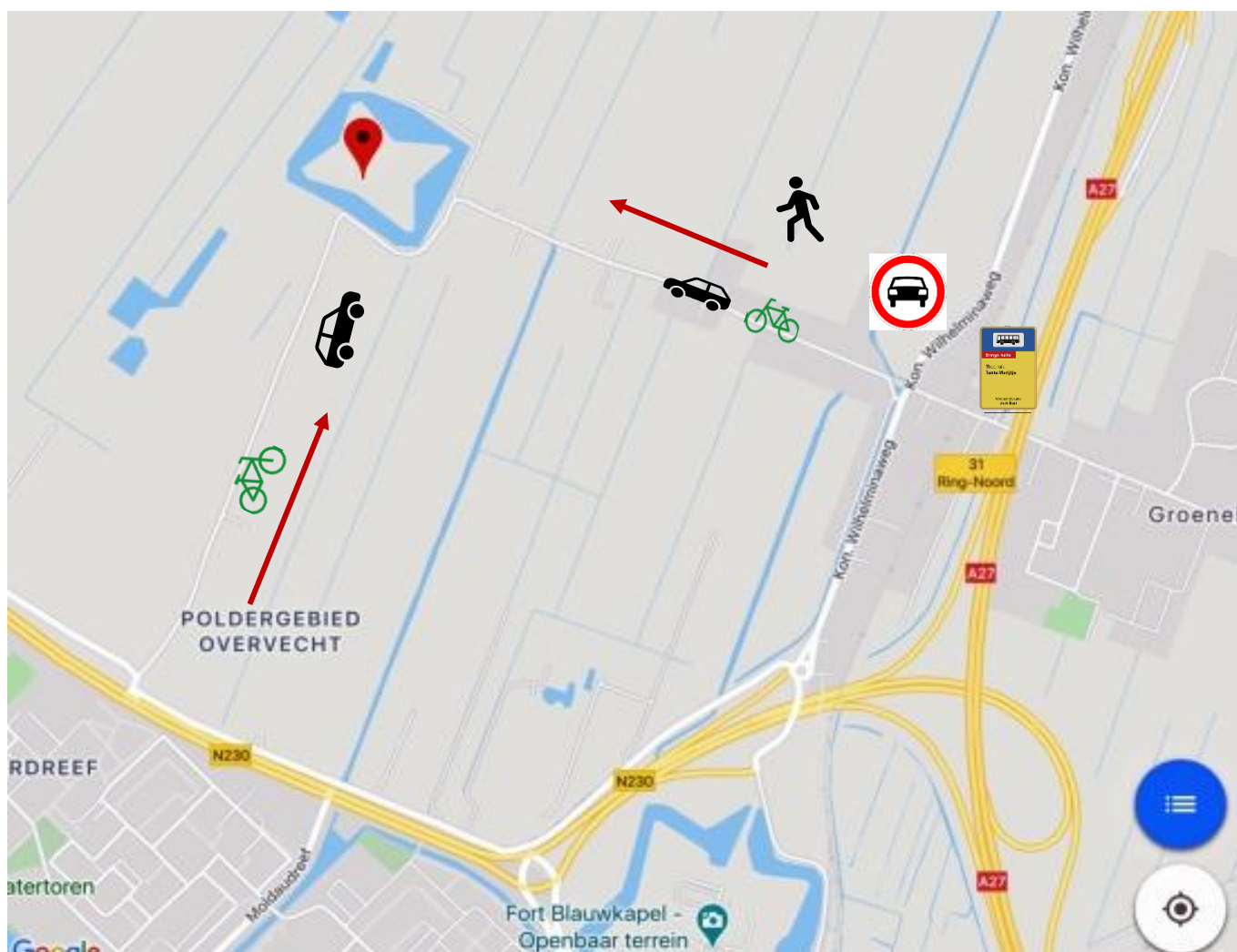
Adres: Ruigenhoeksedijk 125. 3737 MR Groenekan.

Attentie: Je ziet dit bord op de toegangsweg naar Ruigenhoeksedijk, maar voor bestemmingsvervoer kun je gewoon doorrijden.

Er zijn twee wegen die je kunt nemen om bij het Fort te komen.



1. Vanaf de T-splitsing Gageldijk (de weg naast de N230) rijdt je op de weg Sint Anthoniedijk-Kanonsdijk-Ruigenhoeksedijk.
2. Vanaf kruispunt Kon. Wilhelminaweg rijdt je de weg Ruigenhoeksedijk op.



Reis met trein en bus

Er rijdt een bus 55 vanaf centraal station Utrecht naar Groenekan.

Uitstap punt op Groenekan, Centrum.

Vanaf kruispunt kon. Wilhelminaweg loop je de Ruigenhoeksedijk op.

Loopafstand ca. 900 meter.

Bus 3 en 6 rijden ook langs het Fort.

Parkeren

U kunt met uw fiets of auto de poort inrijden en dan gaat u links af en gaat u de voortuin in. Daar kunt u uw fiets of auto parkeren.



Voorzieningen binnen het fort



Ingang



toilet



bar



atelier



Attentie: In dit dagprogramma genoemde cursus zijn voor iedereen toegankelijk gemaakt. Natuurlijk kunt u uw eigen cursuskeuzen maken. Het is mijn taak om u een leuke en leerzame dag te bezorgen.

Dit programma kan ook door onvoorziene omstandigheden, bijv. slecht weer, veranderen.

Docente: Ruomei Tan. Tel. 0615500278. Email: info@china-art.nl web.: www.china-art.nl