

"Stromen van Levensenergie...!"

Op weg naar de bron van jouw Levensvreugde

workshop zondag 2 oktober, 10:00 – 17:30

In deze intense en mooie dagworkshop ga je in contact met je Levensenergie, laat je die stromen en kom je zo bij de bron van je Levensvreugde. Dit doen we door middel van verschillende lichaamsgerichte oefeningen en meditaties.

Kijk eens écht naar een zuigeling...: hoe zij -zonder ook maar ergens aan te twijfelen- uiting geeft aan wat er door haar heen stroomt. *Volledig en helemaal!*

Een zuigeling houdt niets terug, geeft zich helemaal aan het leven, ís het leven!

Kijk naar een klein kind...: die grenzeloze energie, creativiteit en levensvreugde waarmee het een hele dag kan spelen, creatief en onbekommerd; met daarna overgave aan de verkwikkende slaap; om de dag daarna weer verder te gaan.

Die levensenergie hoort ook bij jou, zij stroomt door jou heen vanaf dat je geboren bent, zelfs daarvoor al in de baarmoeder. Soms lijkt het alsof we haar zijn kwijtgeraakt.

Maar het *lijkt* alleen maar zo dat die energie weg is! Je kunt er weer contact mee maken, *jouw* energie gaan ontdekken, voelen, laten stromen en bruisen. Want ze is er nog, helemaal intact!

Voor wie is deze workshop:

- mis je de vreugde in je leven?
- lig je regelmatig lang wakker, te piekeren?
- voel je je regelmatig mat of moe, weinig energiek?
- pas je je makkelijker aan, dan dat je je eigen weg gaat?
- ben je iemand die alsmaar geeft, en nooit eens ontvangt?
- weet je wel wat een ander wil, maar niet zo goed waar je zelf blij van wordt?
- nieuwsgierig hoe het voelt om wél energiek je eigen weg te gaan? in verbinding met jezelf én met anderen?
- en ben je er klaar voor om een stap te zetten om jouw levensenergie en -vreugde werkelijk te gaan ervaren, te ontplooien?

Schrijf je dan in voor deze dagworkshop "***Stromen van Levensenergie...!***"

En ga aan de gang met jouw vitaliteit, levensvreugde, creativiteit en pure, blijde energie!

praktische info, z.o.z.

"Stromen van Levensenergie...!"

Op weg naar de bron van jouw Levensvreugde

workshop zondag 2 oktober, 10:00 – 17:30

Praktisch

De workshop wordt zondag 2 oktober gegeven in Eindhoven, van 10:00 tot 17:30. (andere steden en data op aanvraag)

Meenemen: makkelijk zittende kleding, een grote handdoek om op te liggen. Fijn is ook kleding om je te verfrissen.

Prijs is **90,- euro**, inclusief vegetarische lunch, koffie, thee en water en 21% btw; maximaal achttien deelnemers. Als je je **vóór 1 september** aanmeldt en betaalt, kost de workshop je slechts **80,- euro**.

Werkvorm: Beweging, lichaamsgerichte oefeningen, ademwerk, meditatie en visualisatie.

Informatie en aanmelden bij Gert of Rian.

Aanmelding is geldig nadat het totale bedrag is betaald.



Rian Kleijssen, coach en therapeut, energetisch & systemisch werk, familieopstellingen, dans/5-ritmes, en massagetherapeute.

contact: info@vilola-veda, 0644 690 370

website: www.vilola-veda.nl



Gert de Gooijer, trainer, coach en therapeut. Hij begeleidt sinds 2001 mensen, in groepen en individueel met vragen rond assertiviteit, stress, burnout, en intimiteit (koppels en singles)

contact: gert@peopleskills.nl, 0628 252 045

website: www.stress-counseling.nl