

Op de radio
Planning van [Natuurlijk Lichaamskracht](#)

[Bekijk de nieuwsbrief online](#)



Natuurlijk Lichaamskracht

Uit de praktijk

"Vanmorgen met dit zonnige weer bevroor ik. Ik stond echt even stil."

Na een mooi gesprek kwam er inzicht dat het bevroren voortkwam uit het verliezen van overzicht.

plannen of niet?

Het maken van een dagplanning geeft overzicht. Wat voor gevoel geeft een planning jou? Zin om aan de slag te gaan, pfff al moe voordat de dag begint, of..... en wat doet dat gevoel met jou?

Met welk gevoel sluit jij de dag af? Welk cijfer of smiley geef jij jezelf voor de dag? Vandaag? Gisteren? En morgen? In hoeverre heb je je aan je planning gehouden? Welk inzicht geeft het jou om eens bewust je dagplanning te overzien en te evalueren?

Zijn er momenten op de dag dat je beviest, door rent als kip zonder kop en stop of? Welke meerwaarde heeft het voor jou om geen planning te maken of welke meerwaarde heeft het maken van een dagplanning?

Mijn planning van buiten activiteiten

onverwachts op de planning – vanavond 18.20 interview op radio Beverwijk over het blote voetenpad, welke ik samen met PWN Boswachter Veronique verzorg.

[LUISTER hier naar het interview](#) tijd van 19.20 tot 33 minuten

Welkom om mee te wandelen.

PLANNING ZOMER 2017

Avondbewustzijnswandelingen

Donderdag 22 juni - STILTE WANDELING

Donderdag 13 juli - Op verzoek,

Maandag 3 juli, 24 juli en 7 augustus - start om 19.30 uur

Vertrekpunt, PWN Parkeerplaats Diederik, 1901 MC Castricum

Blote voentocht - Zaterdag 15 juli - 11.00 tot 13.00 uur

i.s.w.m. Boswachter Veronique van Meurs. Ontdek en beleef meer dan je verwacht. Veronique vertelt over de natuur en ik koppel de opdrachten op een speelse manier aan haar verhaal.

www.pwn.nl/eropuit

Gratis introductie (Eigen) Innerlijke Kracht

Zaterdag 15 juli 15.00 - 16.00 uur

Zaterdag 16 juli 15.00 - 16.00 uur



JA, ik ga voor avontuurlijk ontdekkingen

Samen sterk

[delen?](#) [Ja graag!](#)



15 juli en 16 september Gratis introductie (E)IK training

15 juli blote voentocht

INDIVIDUELE BEGELEIDING

(EIGEN) INNERLIJKE KRACHT TRAINING

BEWUSTZIJS WANDELINGEN

INSCHRIJVEN NIEUWSBRIEF



[Like en volg ons](#) [Website](#) [Email](#)

Wil je na het lezen een [vraag stellen](#) of een [ervaring delen](#)? Ik lees het graag!

[Sandra Roubos](#)



Copyright © 2017 Natuurlijk Lichaamskracht | Mensendieck Limmen, All rights reserved.

[wijzig mijn gegevens](#) | [schrijf mij uit](#) | [stuur door naar](#)

