



VOOR IEDEREEN DIE WIL EN KAN



BEWUSTZIJSWANDELINGEN

Wandelingen zijn los te volgen, we wandelen in een rustig tempo ca. 3 km en max 5 km.

Donderdagochtend – 6 september, 4 oktober, 1 november, 13 december

Vrijdagochtend – 21 september, 19 oktober, 16 en 30 november

Start vanaf - PWN Parkeerplaats Noorderstraat, 1901 MT Castricum

Tijd - van 9.30 uur tot ca. 11.00 uur



(Eigen) Innerlijke Kracht voor volwassenen – workshop IK in BEELD

In samenwerking met Monique Wong Chung van Wayward coaching

De workshop serie **IK in BEELD** bestaat uit 3 bijeenkomsten van 2,5 uur, ook los te volgen. Kleine groepen van max. 6 deelnemers zodat er volop ruimte is voor persoonlijke aandacht

In deze 3 bijeenkomsten wordt je met 3 verschillende visualisaties meegenomen naar jouw innerlijke kracht. Na de visualisaties gaan je aan de slag en in beweging met het beeld welke jij naar voren kreeg.

Deel 1 te volgen op - vrijdag 5 oktober of zaterdag 13 oktober

Deel 2 te volgen op - vrijdag 12 oktober of zaterdag 10 november

Deel 3 te volgen op - 18 okt (VOL) – vrijdag 9 november of zaterdag 15 december

Tijd op vrijdag 9.30 – 12.00 uur

op zaterdag – nog af te stemmen, vraag gerust

€ 35,00 per deel

Lokatie Egmonderhout te Alkmaar.



Workshop – worteltak versieren bij Anastasia in Limmen

Vrijdag 28 september | Tijd 10.00 – 12.00 uur | € 27,50

Een mooie samenwerking waarin creativiteit, gezelligheid een aandacht bij en voor jezelf samen hand in hand gaan. Nieuwsgierig? Vraag ernaar bij Anna of Sandra.



Voor alle bovenstaande activiteiten dient u zich vooraf aan te melden

sandra@natuurlijklichaamskracht.nl | 072- 505 51 61 | www.natuurlijklichaamskracht.nl

Bezoekadres:

Gezondheidscentrum Limmen
Zonnedaauw 4D
1906 HA Limmen

Contact:

072 - 505 51 61
06 - 49 91 70 37
info@natuurlijklichaamskracht.nl
www.natuurlijklichaamskracht.nl

Zakelijk:

KvK: 37 11 98 37
BTW: NL1852.60.202.B.01



Natuurlijk
Lichaamskracht