

ADEM JE VRIJ®

Ja, daar is ie weer:
de terugkomdag voor ervaren ademers

Lieve allemaal!

Hoe is het met jullie? Sommige van jullie een tijd niet gezien of gesproken, andere dan weer wel...

Wij zijn heel benieuwd hoe het met jullie gaat en misschien zijn jullie zelf ook wel benieuwd hoe het met je eigen groepje van de driedaagse of andere workshops gaat, dus... organiseren we een terugkomdag voor jullie!

Wanneer : **zaterdag 28 november**

Tijd : 9.30 - ong. 17.00 uur

Locatie : O.B.S. Lucebert, Zakedijkje 38a, Bergen (N-H)

Kosten : € 150, (wordt nog vaak (deels) vergoed door de aanv. ziektekostenverzekering)

Inclusief : wat je gewend bent bij ons: lunch, koffie/thee/water, wat lekkers

Wat gaan we doen...?

We gaan vooral ADEMEN in twee volledige sessies. Gewoon weer even lekker een dag voor jezelf waarin je lekker kunt opruimen, helen of juist activeren en bekrachtigen wat er mag en kan. Er is gelegenheid om te delen wat er voor jou wel of niet lukt met ademen en we geven je daar de laatste tips voor. Toch weer anders dan een normale ademdag dus. Geen theorie of achtergrond, alleen waar behoefte aan is, ook qua sessies. VERDIEPING!

Gaan we je zien 28 november? Laat het dan heel snel weten, want vol = vol, dus hoewel we een ieder wel willen ontvangen, kan dat dus niet.

We hebben er onwijs veel zin in! Kom je ook?

Veel liefs,
Carola en Connie



Voor meer vragen, bijv. t.a.v. de financiën: bel of mail even naar Carola
www.ademjevrij.nu - 072-5716239 - 06-44114052 - carola@ademjevrij.nu