

Stralen in zachte kracht

Praktisch

Locatie: Equi-Zen Beleedstraat 6 in 8970 Poperinge

Data:

18 tem 22 augustus

5 sessies van 1.5 uur, telkens van 18:30 tot 20.00

Wie

Workshop van en voor vrouwen 20+, 4 tot 6 personen per groep

Prijs

12,5 Euro voor het volledige traject (2.5eur per sessie)

Wil je graag leren ...

Ruimte innemen en ruimte laten? Opkomen voor jezelf op een daadkrachge wijze? Gepast reageren als je grenzen worden uitgedaagd? Groeien in lichaamsbewustzijn, waardigheid, mildheid, moed en vertrouwen?

Dan is dit traject misschien wel iets voor jou!

Info

ruth.kaesteker@tschildpad.be



<https://tinyurl.com/straleninzachtekracht>
www.tschildpad.be



Liefdevol en sterk
begrenzen,
oog in oog met een
paard!

Ruth Kaesteker
Isabel Van Huele

Deelnemers aan het woord ...

"Ik zou het aanbevelen aan anderen. Absoluut! Hoe je door oefeningen kunt leren over jezelf en de groep is erg mooi. Alles wordt heel duidelijk, leerlijk duidelijk."

"Het maakt veel los in jezelf dat je niet vooraf kan inschatten "

"Ik heb geleerd: "Meer ruimte innemen. Meer durven mijn grenzen aan te geven. Niet te snel opgeven. Met hulp lukt het wel."

"Bewust van de gekleurde bril die we allemaal aan hebben. Het concept zachte kracht werd hier heel visueel. Hier wil ik in groeien."

