

BONTEBOS

Ademretraite

Basistraining Bewust Verbonden Ademwerk Module 1
27 tm 29 juni 2025

Module 2, het vervolg op Module 1, staat gepland op 22 tm 24 augustus 2025



Ontdek de kracht van je adem
Je adem is zonder oordeel en laat je zien
dat alles er mag zijn.
De adem brengt je thuis



Ademen // Kamperen // Vuurtje // Buiten // Samen // Yoga // Lekker eten

BONTEBOS

Ademretraite

Hoe? In een kleine groep onder begeleiding van liefdevolle en ervaren trainers en coaches, ervaar je de zachte kracht van bewust verbondenademwerk.

Wat? Fysiek brengt het vitaliteit, ontgifting. Adem brengt rust in je systeem. Het ademwerk brengt je weer in contact met wie je werkelijk bent. Je maakt verbinding met je centrum, je hart, je essentie. Ervaar de zachte kracht, harmonie, vervulling, zelfvertrouwen en zelfliefde

Voor wie? Voor iedereen die geïnteresseerd is in de kracht van de adem en dat wil leren inzetten voor zichzelf en/of anderen. Het is een prachtig kado voor jezelf; een heel bijzondere verdieping in bewustzijn. Module 1 & 2 vormen samen tevens de basis modules van de Adem & Bewustzijn Academie. Na de basis module 2 kun je doorstromen naar de opleiding tot ademcoach. Zie voor meer informatie en data: www.ademenbewustzijznacademie.nl

Bontebos is een heerlijke buitenplek in het zuiden van Friesland. Er is een klein kampeerveld, er groeit een voedselbos, er is een groot overdekt terras. De plek is tevens een kookstudio, waarvandaan de heerlijkste gezonde en vegetarische gerechten worden gekookt.

Prijs: deelnemen kost € 895,- dat is inclusief kampeerplek.
Boek je voor beide modules tegelijk dan betaal je € 1700,-

De trainers

Ragen Wesseling
Carolien Beenhakker



Voor meer informatie en/of inschrijven:
www.diviamragen.nl // adem@diviamragen.nl //
0624670011 // www.bontebos.nl //
carolien@bontebos.nl // 0628462784

