

# Inspirerend

24-26 februari 2012

# Ademweekend

+ ademen in warm water

## Thema: Ont-moeten

Een bijzonder weekend waarin je zult ontdekken en ervaren wat je adem betekent. **Meer adem is meer leven.** De verbonden ademhaling en onder andere bio-energetisch lichaamswerk zijn de ingrediënten voor een onvergetelijk weekend.

Je leert meer van jezelf ontdekken en hoe je in het leven staat. Je kunt afscheid nemen van oude patronen, opgekropt verdriet, spanning of jezelf de ruimte gunnen om nieuwe uitdagingen aan te gaan.

### Ont-moeten: de ander binnen laten in het huis van jezelf

Je wordt ondersteund door deskundige therapeuten en coaches. De groep bestaat uit maximaal 18 deelnemers. Veiligheid, geborgenheid en integriteit zijn de sleutelwoorden tijdens het weekend. Dan is het mogelijk om jezelf bloot te geven. Iedereen mag volledig zijn die hij of zij is: puur, onbevangen en kwetsbaar. De erkenning en herkenning van wie je bent, verbindt en inspireert.



**Centrum de  
Bron**

**Nijeholtpade**

### **Een aantal ervaringen:**

*"het is meer dan letterlijk een warm bad. Volledig mogen zijn zoals ik ben!"*

*Het heeft me diep ontroerd"*

*"Het is zo veilig en ik voel me geborgen in de groep. Met heel mijn lijf zeg ik:*

*" ik mag er zijn!"*

*"Wat is mijn adem inspirerend. Ik kan nu loslaten waar ik zo lang aan vast zat"*

Locatie	<b>Centrum de Bron, Binnenweg 18 te Nijeholtpade (bij Wolvega Fr)</b>
Datum	van vrijdagmiddag 24 februari 14:00 uur tot zondag 26 februari 16:30 uur
Kosten	€ 325,00 p/p (partnerkorting € 50,00) Aanbetaling € 175,00 bij opgave. Restant voor 15 februari 2012. Bankrekening 10.34.04.716 t.n.v. Reliëf Nieuw Roden
Informatie	<a href="http://www.pietrouw.nl">www.pietrouw.nl</a> tel. 050-5014450 / 06-83177773
Email	<a href="mailto:prouw@cs.com">prouw@cs.com</a>