

Meditatief wandelen in de Zwalmvallei



KAREN  COACHT

Wil je ook wat vertragen?

Dan is meditatief wandelen misschien wel iets voor jou.

We beginnen met een **meditatie** om onze innerlijke drukte en zorgen even te laten zijn voor wat ze zijn.

Zo zal je de schoonheid en kracht van de natuur nog intenser voelen tijdens onze **stiltewandeling** (ca. 5 km).

Nadien ben je welkom voor een lekkere tas **soep!** Onderweg verdiepen we je ervaring met een gedicht, visualisatie, ... Breng gerust zelf een tekst of lied mee.

Waar?

Karen Coacht - Roter 27 - 9620 Zottegem

Prijs?

10 euro per wandeling - incl. soep

Wanneer?

Vrijdag 30/11/18, 25/01, 29/03, 31/05, 26/07/19

Zondag 30/12/18, 24/02, 28/04, 30/06, 25/08/19

Van 10u tot 13u

Inschrijven?

info@karencoacht.be 0486/03 40 78

www.karencoacht.be  @KarenCoacht