



Meditatief wandelen in het Brakelbos (24/09 – 10u-13u)

Voel je ook de behoefte om af en toe wat te vertragen? Om even uit die continue doe-modus te stappen? En wat op adem te komen? Een meditatieve wandeling verstillt en geeft ruimte aan wat er in jou leeft. Met milde aandacht laat je zijn wat is en zo laat je geleidelijk aan steeds meer los.

Programma

- 10u-10u40 welkom & meditatie op het stildedomein van de vakantiewoning 'Mont de Rose'
- 10u45-12u30 stiltewandeling in het sprookjesachtige Brakelbos (\pm 5 km) – met korte pauzes om de schoonheid van de natuur nog meer in jou op te nemen
- 12u30-13u tas verse soep met brood

Praktisch

- **Adres** vakantiehuisje 'Mont de Rose': Paillart 6-8, 7880 Vloesberg (vlakbij D'Hoppe)
- **Prijs:** 22 € - incl. soep met brood
- **Inschrijven:** info@karencoacht.be – 0486/03 40 78

Dag van de stilte: Meditatief wandelen in het Brakelbos (30/10 – 14u-17u)

Programma

- 14u-14u40 welkom & meditatie op het stildedomein van de vakantiewoning 'Mont de Rose'
- 14u45-16u30 stiltewandeling in het sprookjesachtige Brakelbos (\pm 5 km) – met korte pauzes om de schoonheid van de natuur nog meer in jou op te nemen
- 16u30-17u tas thee/koffie met vers gebak

Praktisch

- **Adres** vakantiehuisje 'Mont de Rose': Paillart 6-8, 7880 Vloesberg (vlakbij D'Hoppe)
- **Prijs:** 22 € - incl. gebak met thee/koffie
- **Inschrijven:** info@karencoacht.be – 0486/03 40 78