

Begeleide stiltewandeling in de Boterhoek (Zottegem) Zondag 21 november 2021



Foto: Karen Coacht

Merk je het ook soms op dat je door te babbelen tijdens een wandeling veel van de omgeving mist?

En heb je zin om eens heel bewust van de herfstpracht te genieten?

Dan is een begeleide stiltewandeling (6 km) wel iets voor jou!

Samen met wandel- en stiltecoach Karen D'Hondt van Karen Coacht vertragen we onze pas. In stilte wandelen we de prachtige panorama's van de Zwalmvallei tegemoet. Langs de verstillende wegeltjes van de Boterhoek en Boembeke houden we af en toe halt in de bocht: voor een ademhalingsoefening, een verwennerij voor je zintuigen, een streepje poëzie, een kort gesprek, ... Las je onlangs een kort(e) inspirerend(e) spreuk, gedicht, ... ? Breng het gerust mee 😊.

Rond 16 u. sluiten af met een lekkere tas verse soep in Karens landelijke woning.

Start?

Om 14 u. op de parking van Roter 27 in Zottegem

Prijs?

Voor MOW-leden: € 16 - Voor niet-leden: € 18

Inschrijven?

Vooraf inschrijven is verplicht via info@milieufrontomerwattez.be.

De inschrijving is pas definitief na overschrijving op rekeningnummer BE84 9796 1861 3259 van Milieufront Omer Wattez vzw, met als vermelding "Stiltewandeling".

Meebrengen?

Wandelschoenen, een drinkfles, grote plastic zak en mondmasker.