

MINI EXPEDITIE

ENERGIE EXPEDITIE



Meer energie. Meer jij.

Waar krijg jij energie van? En wat kost je onbewust energie?

Tijdens deze mini expeditie ga je naar buiten, beweeg je, vertraag je en krijg je helder waar jouw energie naartoe stroomt.

WAT JE KUNT VERWACHTEN



BEWEGING

We gaan naar buiten. Fysiek in beweging om in je lijf te komen.



INZICHT

Krijg helder waar je energie van krijgt en waar je die verliest.



RICHTING

Ontdek wat je oplaadt en wat je nodig hebt.



REFLECTIE

Ruimte om te vertragen, te reflecteren en voor jezelf te kiezen.

PRAKTISCHE INFO



DUUR

± 3 – 4 uur



LOCATIE

Tussen de grote rivieren. Regio Nijmegen, Groesbeek en Rhenen.



GROEPSGROOTTE

Kleine groep, persoonlijke aandacht



MEE NEMEN

Stevige schoenen, kleding op het weer, waterfles



DEZE EXPEDITIE IS VOOR JOU ALS JE...

- ✓ je vaak moe of leeg voelt
- ✓ meren energie wilt ervaren in je dagelijks leven
- ✓ wilt ontdekken wat je écht oplaadt
- ✓ beter voor jezelf wilt kiezen, zonder schuldgevoel
- ✓ behoefte hebt aan helderheid en nieuwe energie



KORT. KRACHTIG. MET IMPACT.

Geen lange theorieën, maar een paar uur buiten die je dichterbij jezelf brengen. Je gaat naar buiten met nieuwe inzichten, frisse energie en concrete stappen.

KLAAR OM IN BEWEGING TE KOMEN?

Kies voor een mini expeditie die jou verder brengt.

*Voor meer energie
en een leven dat
bij je past.*