

Inspirerende natuurwandelingen

Voor iedereen die toe is aan nieuwe inspiratie en houdt van verrassing en natuur. In elk jaargetijde van 2012 nodigen we je uit voor een bijzondere middag vol verdieping en plezier. Neem gerust je kinderen mee: voor hen is er een speciaal programma.

Natuurwandelingen vol inspiratie

Twee bijzondere natuurgebieden (in Limburg en Noord-Holland) zijn de locaties voor onze inspirerende wandelmiddagen. Je wandelt met een kleine groep door het landschap, samen met twee ervaren coaches.

Tijdens de wandeling kun je volop genieten van de rust en de omgeving. Daarnaast doen we onderweg een aantal oefeningen, die je helpen om uit je hoofd te komen en dichterbij je hartewensen. Alles bij elkaar: een recept om je goed bij te voelen.

Uit ervaring weten we: iedereen die deelneemt aan deze wandeling gaat met nieuwe inspiratie en inzichten naar huis. Tijdens de wandeling zijn de twee coaches, Floor en Gerrie, met hun volle aandacht bij jou. Ze vullen elkaar aan, stralen rust uit, en zijn zowel liefdevol als krachtig.

Met kinderprogramma

Voor kinderen van 4 t/m 9 jaar is er een op maat gemaakt parallel programma, onder begeleiding van kinderyogajuf Karin. Deze middag sluit speels maar naadloos aan bij de natuurwandeling voor volwassenen.

Voor kinderen staat de middag vooral in het teken van plezier - met een vleugje ontspanning, een beetje verdieping, en een tikje luisteren naar je hart. We doen oefeningen en spelletjes uit de kinderyoga, maar gaan ook samen naar buiten en leuke dingen knutselen.

Ook zonder kinderen ben je van harte welkom bij deze wandelingen. Wel beginnen en eindigen we de wandelmiddagen gezamenlijk, dus met de kinderen.

met parallel programma voor kinderen



Thema's

Winterwandeling:	Wensen en dromen. Wat wens jij jezelf toe voor dit jaar?
Lentewandeling:	Zaaien. Wat wil jij zaaien? Wat heb je daarvoor nodig?
Zomerwandeling:	Genieten en stralen. Waar geniet jij van, waar ga jij van stralen? Hoe doe je dat (meer)?
Herfstwandeling:	Rust en reflectie. Wat heb je geleerd dit jaar? Wat neem je mee, wat laat je los?

Aantal deelnemers

Aantal deelnemers voor de natuurwandeling: minimaal 4, maximaal 12.
Aantal deelnemers voor het kinderprogramma: minimaal 4, maximaal 10.

Praktische informatie

Data 2012

	Haarlem/Kennemerduinen	Zuid-Limburg
Winterwandeling	Zaterdag 25 februari	Zaterdag 3 maart
Lentewandeling	Zaterdag 12 mei	Zaterdag 26 mei
Zomerwandeling	Zondag 16 september	Zaterdag 15 september
Herfstwandeling	Zondag 4 november	Zaterdag 3 november

Locaties

Haarlem, Noord-Holland: een prachtig verbouwde voormalige manege uit begin 20^e eeuw.

We wandelen door natuurpark de Kennemerduinen en over het strand. Het kinderprogramma vindt plaats in en rondom de manege.

Gulpen, Limburg: een monumentale carréboerderij, met een historisch deel uit de 18^e eeuw.

We wandelen door het Zuid Limburgse heuvellandschap in de omgeving van de boerderij. Het kinderprogramma is in en rondom de boerderij.

Tijden

Haarlem: 12.30 uur – 18.00 uur

Start met koffie, thee, sap en huisgemaakte taart

Afsluiting met huisgemaakte soep en brood

Gulpen: 12.00 uur – 17.30 uur

Start met een Bourgondische Limburgse lunch.

Als je wilt kun je ook overnachten in de carréboerderij, er zijn twee appartementen te huur. Zie www.hoevegroenendaal.nl.

Prijzen

Volwassenen: 45 euro per wandeling.

Inclusief koffie, taart & soep (Haarlem) of lunch (Limburg).

Kinderen: 25 euro per kind.

Dit is inclusief sap en snack, en alle materialen.

Aanmelden

Je kunt je tot 10 dagen voor de wandeldata aanmelden via floor@huisvanthart.nl.

Na betaling ben je verzekerd van een plek en is je inschrijving definitief.

Over ons



Floor Huis in 't Veld

Sinds 2009 werk ik als coach en healer vanuit mijn eigen praktijk in Haarlem (www.huisvanthart.nl). Daarbij combineer ik alles wat ik de afgelopen jaren verzamelde: veel werkervaring bij de overheid en in het bedrijfsleven als ingenieur, trainingen in NLP (Neurolinguïstisch Programmeren) en spirituele trainingen van o.a. de school van Barbara Ann Brennan en Linda Keen. Mijn missie is om mezelf te zijn en mijn hart te volgen. En vooral: andere mensen te ondersteunen om dit ook te doen!

Gerrie Kersic

Als coach (www.flcoaching.nl) maak ik met genoeg gebruik van mijn opleiding tot master practitioner in de interculturele NLP (Neurolinguïstisch Programmeren). Bij een wandeling zijn jij en ik samen onderweg en deel ik graag mijn NLP-bagage. Uit eigen ervaring weet ik: NLP biedt meer en nieuwe mogelijkheden op weg naar verder. Mijn visie is dat wij steeds onderweg zijn naar verder. Belangrijk daarbij is om het geluk onderweg te vinden... en niet verder!

Karin van Kooten

Als journalist en redacteur schrijf ik al jaren verhalen voor en over kinderen. Daarnaast geef ik sinds 2010 met veel plezier les in kinderyoga. In mijn werk met kinderen komen een aantal elementen altijd terug: samen spelen, vertrouwen, loslaten, ontdekken, luisteren naar je hart, ontspannen en vooral: heel veel plezier! Als kinderyogajuf ben ik onder andere verbonden aan yogaschool Yoga Leentje (www.yogaleentje.nl).