



Buiten in Balans

Mindful retraite in een prachtige omgeving.

Even ontsnappen aan de dagelijkse hectiek en helemaal tot rust komen en diep ontspannen, in de prachtige natuur bij Bakkeveen.

Deze 3daagse retraite zal gevuld zijn met meditaties, Mindwalk, lichaams oefeningen, adem oefeningen, wandelingen en veel natuur.

We verblijven in de zeer bijzondere locatie van Nieuw Allardsoog, middenin de natuur.

Wil je ook lichamelijk en mentaal tot rust komen en je onderdompelen in rust, ontspanning en natuur zodat je weer helemaal tot jezelf komt?

Ga dan mee en meld je aan voor deze retraite:

alice@buiteninbalans.nl

Datum: woensdag 10 september 13.30 uur t/m vrijdag 12 september 15.00 uur

Locatie: Nieuw Allardsoog, Jarig van der Wielenwei 6, 9243 SH Bakkeveen

Kosten: € 549,- op basis van een ruime 1 pp kamer met eigen badkamer en sanitair, inclusief alle maaltijden

(met 2 personen op 1 kamer : €480,- per persoon)



Alice Freriks, van Buiten in Balans, zal deze retraite begeleiden

www.buiteninbalans.nl