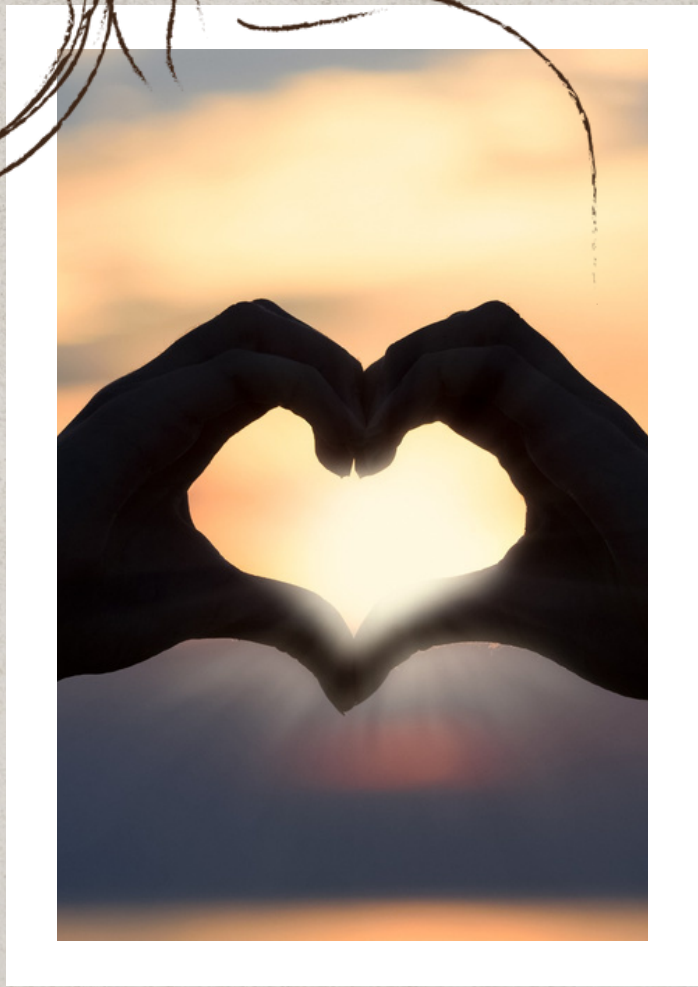


Warrior Goddess



Vrijdag 10 t/m
zondag 12
november 2023



OVER HET WARRIOR GODDESS RETREAT

Het programma is op maat ontwikkeld vanuit onze expertise op het gebied van systemisch-, lichaams-, energie- en ademwerk. Dat combineren we met onze liefde voor mythologische verhalen, kunst en muziek. Ook maken we de vertaalslag naar het grotere, collectieve veld van de maatschappij en de wereld waar we in leven.

Wij zorgen als begeleiders voor een fijne balans met humor, diepgang en lichtheid. Natuurlijk nemen we ook onszelf, onze 90 jaar ervaring als vrouw mee. Met jullie erbij hebben we een paar honderd jaar vrouwenveld in de zaal. Dat heeft een magisch effect.

Sylvia en Fieke

WARRIOR

JOUW FEESTJE!

Tijdens het driedaagse retreat bepaal jij hoe je je weekend invult. Neem je deel aan de heerlijk ontspannen yoga sessies, ontmoet jij je innerlijke godin in inspirerende masterclasses of maak je toch liever een wandeling in de glooiende heuvels om je vervolgens te laten verwennen door de vegetarische, biologische maaltijden van onze kok. It's all up to you!



PROGRAMMA

WARRIOR GODDESS

VRIJDAG 10 NOVEMBER

16.00 uur ontvangst
17.30–18.15 uur Ontspanningsoefening/visualisatie oefening. FEEL YOU
18.30–19.30 uur lichte maaltijd
19.30–20.30 uur eigen tijd
20.30–21.30 uur yin yoga en yoga nidra

ZATERDAG 11 NOVEMBER

08.15–08.30 uur adem/meditatie sessie
08.30–09.30 uur hatha en yin yoga
09.30–10.15 uur ontbijt
10.15–11.00 uur eigen tijd
11.00–12.30 uur MEET YOUR GODDESS (inclusief lichaamswerk)
12.30–14.00 uur lunchpauze
14.00–17.00 uur YIN YANG en ENERGIECENTRA (inclusief lichaamswerk)
17.00–18.00 uur eigen tijd
18.00–19.30 uur avondpauze
20.00–21.00 uur yin yoga met yoga nidra

ZONDAG 12 NOVEMBER

08.15–08.30 uur adem/meditatie sessie
08.30–09.30 uur hatha en yin yoga
09.30–10.15 uur ontbijt
10.15–11.00 uur eigen tijd
11.00–12.30 uur JOUW ROLMODELLEN, JOUW PLEK inclusief lichaamswerk)
12.30–14.00 uur lunchpauze
14.00–15.30 uur DIVINE GODDESS– REVEAL YOU (inclusief lichaamswerk)
15.30–16.30 uur yin yoga
16.30–17.00 uur afscheid

LET OP, BOVENSTAANDE TIJDEN/ONDERWERPEN ZIJN SLECHTS EEN INDICATIE. WIJ WERKEN GRAAG MET DAT WAT ZICH AANDIENT EN NEMEN ONS DE VRIJHEID TER PLEKKE DINGEN AAN TE PASSEN WANNEER DE ENERGIE IN DE GROEP DAAROM VRAAGT.

GA JIJ MET ONS MEE?

Je zult merken dat de verhalen van andere vrouwen een bron van herkenning, erkenning en inspiratie zijn. Ze geven je de moed en de bedding om een volgende stap te zetten.

Wat we in ieder geval zeker weten is dat je vol energie, (zelf)liefde, en inspiratie weer huiswaarts keert.

We nodigen je van harte uit op deze inspirerende ontdekkingsreis.

MELD JE AAN