

Verlang je naar ruimte om jezelf te vullen met nieuwe indrukken en ervaringen waarmee je vol, gevuld en voldaan thuiskomt?

In Beeld & Beweging biedt je deze zomerweek alle ruimte om de **ontspannen energie** te laten stromen.

Ruimte om te bewegen. Om de zomer in jezelf tegemoet te gaan. Een "ont-denk-ingsreis" in de **natuur**.

Vijf dagen vertragen.....dagen waarin een struik een blauwe zee mag zijn, waar aandacht is voor boterbloem of klaver. Waar opgebouwde spanning zich uit in een beweging of kan **opbloeien** in een verhaal, schilderij of ander beeldend werkstuk. De gevuldheid van de zomerse natuur biedt de basis. De groep is tussen 6 en 12 personen.

Er wordt meerdere keren per dag **Qi Gong** gegeven en je kunt kiezen om mee te doen met workshops waar **beeldend werk, creativiteit en schrijven** ingrediënten zijn. Ervaring is niet nodig. We gebruiken de weilanden, het bos of het meertje bij de **boerderij**. Bij minder goed weer, de **yoga ruimte** en het grote **atelier** binnen.

Boerderij "Russelsbrook" waar je verblijft ligt in een natuurgebied waar je kunt fietsen en wandelen. In het meertje kun je zwemmen. Ontbijt en lunch worden verzorgd. Bij de avondmaaltijd helpen we om de beurt. Je slaapt in een kamer voor 2 personen of je zet een eigen tent op het veldje.

Een zonnig warm welkom!
Frank en Yvonne

in Beeld & Beweging
presenteert:

Zomerweek 2023 "in bloei"



Praktische Zaken:
10 – 14 juli 2023
kosten 795 euro
incl. activiteiten, materialen,
logies en maaltijden!

Opgeven:

info@ziedezee.nl



Frank van Haaren:

<https://frankvanhaaren.nl/Qi-gong/>

Yvonne Russel

<https://www.ziedezee.nl/ziedezee-op-locatie/#zomerweek>