

Meditatiecursus

Deze cursus bestaat uit 5 workshops, die 1 avond in de maand op vrijdag wordt gegeven.

Data: 3 februari, 2 maart, 6 april, 4 mei en 1 juni 2012

Tijd: 19.30 tot 21.30 uur

Locatie: De Yogapoort, Peperstraat 162, 1503 JV Zaandam

Er worden tijdens deze avonden verschillende technieken besproken en aangeleerd, zodat je kunt ervaren welke meditatiemethode voor jou het meest geschikt is. Want niemand is gelijk en er is niet één methode die voor iedereen werkt.

Enkele voorbeelden van meditatietechnieken die aan de orde zullen komen zijn ontspannings-, en bewustwordingsmeditatie.

Door met de geoefende technieken aan het werk te gaan leer je hoe je meditatie in je dagelijkse leven kunt integreren, zonder dat je daar heel veel tijd voor vrij hoeft te maken. Hierdoor ontwikkel je het vermogen om in een rustige gemoedstoestand te blijven in drukke

Kosten: € 87,50 inclusief koffie en thee (is totaalbedrag voor 5 workshops).

Aanmelding vooraf voor de hele serie workshops, het is dus niet mogelijk om voor losse data in te schrijven! Je deelname is definitief als de betaling op de bankrekening ontvangen is.

Je kunt het bedrag overmaken op bankrekeningnr. 949548650, t.n.v. P. ter Weeme te Amsterdam, onder vermelding van: meditatiecursus.

Na aanmelding is kosteloos annuleren mogelijk tot uiterlijk 7 dagen voorafgaand aan de eerste workshop, daarna worden annuleringskosten in rekening gebracht. Voor gemiste workshops wordt geen restitutie verleend. Als van de kant van Petra door omstandigheden een workshop niet kan doorgaan, wordt in overleg een alternatieve datum vastgesteld. Komt deze datum je niet uit dan krijg je de kosten voor de betreffende workshop alsnog terug.

Aanmelden:

Petra ter Weeme, Turning Point Levenswegcoaching

Telefoon: 06-51279418

Mail: turningpoint@live.nl