

# Workshop Mindfulness voor belangstellenden

---

21-05-2019 dinsdagmiddag in Ell  
26-05-2019 zondagochtend in Nederweert

Kennismaking met Mindfulness.

Niet door erover te praten maar door het zelf te beoefenen. In deze ca. 2 uur durende workshop maak je kennis met een aantal oefeningen die ik in mijn werk als trainer/coach gebruik.

Je betaalt hiervoor €10,- en komen jullie met zijn tweetjes dan betaalt de tweede persoon €7,50.

Aan het eind van de workshop ga je met een paar handvaten naar huis die je direct in het dagelijks leven kunt toepassen. Ben je daarna mogelijk geïnteresseerd in een vervolg dan maken we daarvoor graag een afspraak.

[Meer over Mindfulness...](#)

Stuur een mail als je geïnteresseerd bent.  
Je aanmelding is pas definitief na ontvangst van betaling.

[MAIL](#)



Anders kijken  
brengt andere gedachten  
en andere gevoelens

Praktijk Jij bent Oké  
Mindfulness