

## BOS- EN BOMEN-2-DAAGSE 2025

*“100 gram praktijk is meer waard dan 1000 kilo boeken.”*

Zat. 24 mei en zondag 25 mei, 10.00 - 18.00 uur

Van 495,00 € voor 375,00 €.

Incl. meer dan 12 uur training (= 210,00 euro), 2x ontvangst met koffie/thee/vlaai om 09.30 uur. 2x middaglunch. 2x afsluiting met kop soep en wat brood rond 18.30 uur. Zonder overnachting, zonder ontbijt, met lange middagpauze. Voor max. 8-13 deelnemers. In Nat. Park De Meinweg, Hotel St. Ludwig, Vlodrop, Limburg.

### **Doel van de training**

Vanuit houding, adem, energie-circulatie in het contact met de natuur naar een aandachtiger, rijker en natuurlijker leven doorgroeien. Jezelf echt leren kennen, bijtanken, ontspannen en loslaten in de natuur. Steeds dichterbij je eigen lijf, lichaam, ademhaling en energiestroming komen.

### **Programma-delen**

We beginnen met oefeningen uit het Nederlandse Maja Kooistra programma. Gevolgd door aanvullingen vanuit de Engelse Elf-technieken. Tenslotte werken we verder met oefeningen uit de 'Bouchardon' methode.  
Zaterdag: 10.00 - 13.00//Lunch//15.00-18.00//Kop soep met wat brood  
Zondag: 10.00 - 13.00//Lunch//15.00-18.00//Kop soep met wat brood

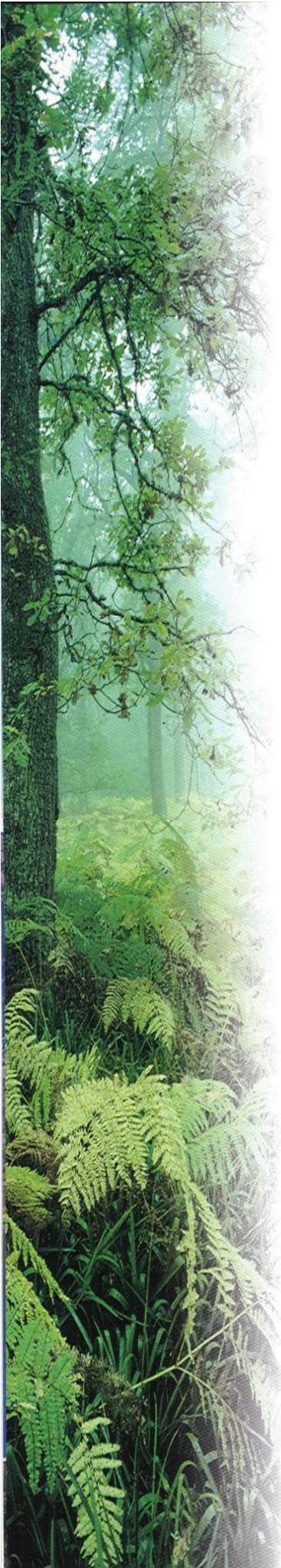
### **Een unieke kans**

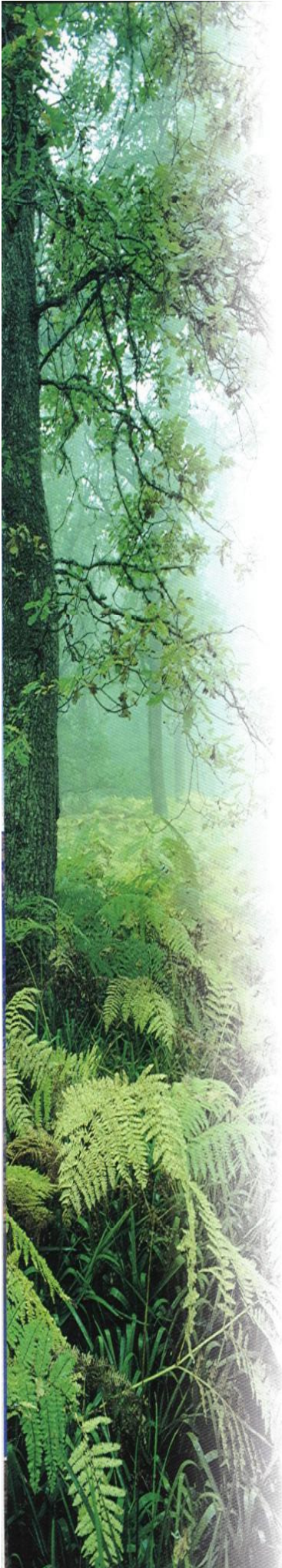
Deze trainingen vormen een unieke kans om te werken aan een diepere verbinding met onszelf en met de natuur. Via het oefenen met bomen en hun krachten, ontwikkelen we weer onze eigen bijzondere kwaliteiten. D.m.v. speciale oefeningen, meditatie, innerlijke stilte en neutrale openheid verbeteren we het contact met de natuur, met ons lijf en uiteindelijk met onszelf.

Dus kom in beweging. Ga mee op avontuur.  
Laat je verrassen door de natuurlijke kracht van rust en stilte.  
Je bent van harte welkom.

**Informatie/aanmelding:** Jos Kleijnen, coach en trainer, 06-19012464  
Zie de volgende pagina voor persoonlijke reacties van deelnemers.

.....





## **BB 2/3-DAAGSE REACTIES**

*'Ik heb een heerlijk weekend gehad, genoten, het heeft mij goed gedaan! De aankomst in de groep, wat een fijne hartelijke mensen. Ik voelde me welkom en opgenomen in de groep, heel fijn. Ook jouw begeleiding heb ik erg gewaardeerd: Jouw rustige en respectvolle houding naar iedereen, met aandacht ruimte biedend.'*  
(LdR)

*'Langzaam leid je mij door een nieuwe wereld, stap voor stap vooruit naar wijsheid en ... wie weet waar naartoe. Met een groot dankjewel.'*  
(AdBN)

*'Ik heb enorm genoten van het weekend, het was echt een groot cadeau. De bomen en andere wezens, jouw verhalen en begeleiding, de inwendige rust, de vriendschappen, de verbondenheid, de zon... het was allemaal geweldig.'*  
(MVB)

*Gevuld door dankbaarheid na de 2 bomendagen. Van bomenliefhebster getransformeerd naar bijzondere fascinatie en een diep gevoel van nederigheid. Zoveel geleerd van Jos, interactie van de groep en bovenal de wonderen en verrassingen van de natuur. MERCI!'*  
(VVHE)

*'Samen, samen in de groep, samen bij en in de bomen, en toch jezelf zijn, is oefenen, maar GEWELDIG om te doen.'*  
(MTR)

*'Jos, bedankt voor de tips en het MAGNIFIEKE weekeinde'*  
(JVV)

*'Jos, bedankt voor het GEWELDIGE weekeinde, nieuwe energie, tijd voor verandering'*  
(AVCV)

*'Loslaten, groeien, verbinden, laten afsterven, groeien, wil tot leven!! Heel mijn ziel.'*  
(JvdSV)