



Jos W.M. Kleijnen, coach en trainer  
E: [jwmkleijnen@hetnet.nl](mailto:jwmkleijnen@hetnet.nl)  
I: [www.jkstrainingen.nl](http://www.jkstrainingen.nl)  
M: 06-19012464  
Kvk.nr.: 12064894

## Winter BosBad (Shinrin Yoku) 21 dec. 2020



Van € 59,00 p.p. voor € 39,00 p.p.  
Maandag 21 dec. 20, 10.30-15.30 uur  
WinterBosBad voor rust/ontspanning

NP De Meinweg, P-plaats Staatsbosbeheer, Station 20, 6063 NP Vlodrop e.o.  
Maximaal 4 personen ivm Corona/Covid19 regels  
Vooraf aanmelden is nodig!

Als je helemaal tot rust wilt komen, je weer één met de natuur wilt voelen en direct contact met de natuur wilt meemaken, dan is een WinterBosBad je grote kans. In slechts een paar uur tijd beweeg je terug naar eenvoud en stilte. Laat je niet afschrikken door wat regen en wind. Een wintertocht is goed voor je stemming en zeker ook voor je afweersysteem.

10.30 Ontvangst op P-plaats Staatsbosbeheer  
11.00 Start Avonturen Trek Tocht. Zorg zelf voor eigen koffie/thee/lunch.  
15.30 Einde op P-plaats

**Denk altijd aan:** goede wandelschoenen, liefst zachte, stille zolen, warme kleding in veel lagen (lange mouwen), bescherming tegen vocht, kou en teken/muggen. Water voor onderweg. Liefst donkere pet, hoofddoek of colsjaal. Zitkrukje\isolatieligmatten om lang te rusten. Evt. aansteker, 2 tampons, meel, vruchtjes meebrengen.

Activiteiten zijn altijd voor eigen verantwoordelijkheid en vanuit eigen vrije wil.

**Informatie/aanmelding:** Jos Kleijnen, <mailto:jwmkleijnen@hetnet.nl>

*Kom in beweging en ga mee op avontuur.  
Laat je verrassen en geniet van de krachten van natuur.  
Een fantastische natuurwereld wacht op je.*

