



MINDFULNESS & DANS RETREAT

MALAGA

26 mei t/m 1 juni 2020

Zin om volledig tot rust te komen in hartje Andalusië?

Aan de hand van mindfulness en lichaamsbewustzijn richten we onze aandacht naar binnen, zo kan er ruimte ontstaan voor meer balans tussen lichaam en geest.

Wandelingen, massage, een stiltetuin, een zwembad en hangmat in een oase van natuur en rust. Dit alles in een authentieke Spaanse setting met gezonde en verse maaltijden.

Deze week staat volledig in teken van jezelf.

Wie?

Lieze Ruys: Mindfulness trainer

Tchi-ann Liu: Hedendaagse danseres

Interesse? lieze@mindfulnessgent.be

Prijs? 899 euro

We kijken er naar uit!

