

Natuurbelevingsdag in 'Voornes Duin' en langs de kust van Voorne op zaterdag 30 september 2017



Wanneer je zin hebt om een dag in de natuur te zijn - te wandelen, activerende- en ontspannende oefeningen te doen, meditatief te lopen en naar verhalen te luisteren, dan is de natuurbelevingsdag op zaterdag 30 september iets voor jou.

Inge Soekardi en AnneMargriet Veldhorst organiseren op die dag een natuurbelevingsdag in 'Voornes Duin'. Een indrukwekkend mooi natuurgebied aan de kust van Zuid Holland met duinen, duinvalleien, duinmeren, moeras, stuivende duinen, bos en natuurlijk het strand en de zee.

Meer dan de helft van alle soorten wilde planten van Nederland zijn in de Voornese duinen aanwezig en bijna twee derde van de Nederlandse broedvogelsoorten nestelt hier.

In de tijd dat wij er gaan wandelen, zorgen de bessen in allerlei tinten rood van o.a. de Duin- en Meidoorn, Gelderse roos, Zuurbes en Vlier ervoor dat veel trekvogels op weg naar het zuiden, een tussenlanding maken om hiervan te genieten.



Praktische informatie

De natuurbelevingsdag begint om 8.15 uur in Eindhoven bij AnneMargriet. We rijden met maximaal 10 personen in één of twee auto's naar Oost Voorne. 's Ochtends lopen we ongeveer 2 uur om daarna op een mooie plek te picknicken.

Na de Bourgondische picknick is er een diepte ontspanning van ongeveer 20-30 minuten o.l.v. Inge, waarna we ongeveer anderhalf uur lopen om weer bij de auto's uit te komen. We zijn rond 19.00 uur terug in Eindhoven.

Wij zorgen voor het vervoer en voor koffie, thee, taart en lunch.



Wij gaan ervan uit dat je zelf weet wat je aan kunt m.b.t. het wandelen. Het tempo is niet hoog en er wordt regelmatig stil gestaan om iets met de loep te bekijken of van het uitzicht te genieten.

Je kunt je tot dinsdag 27 september opgeven bij:

AnneMargriet 06 43169337
info@annemargrietvertelt.nl

of bij Inge 040 2121507/06 40590275
info@lichaamsgerichte-psychotherapie.nl

De kosten zijn: 55 euro. Dit is inclusief vervoer, lunch, koffie en/of thee met taart.

Wanneer je een introductie meeneemt die nog nooit mee heeft gewandeld, betalen jullie allebei 50 euro. Dit is onze kennismakingsprijs.

Voor iemand die niet eerder heeft meegelopen en niet geïntroduceerd wordt is de prijs ook 50 euro.



Ervaringen van deelnemers:

'...ik geniet nog volop na van de heerlijke dag. Ik ben helemaal gegrepen door de verwondering over de perfecte vormgeving in de natuur, de tocht was een heerlijke natuurbeleving. Het was het geheel van een fijn gezelschap, inspirerende verhalen en oefeningen om thuis te komen in mijn lijf en bij mezelf, die de dag zo bijzonder maakte. En dat in een verrassend stukje natuur met bossen, vennen, duinen strand en zee. Een onvergetelijke dag...' E.S.

'...Dank jullie wel voor de heerlijke dag tussen de nevels en de indrukwekkende beuken en paddenstoelen!

Ik denk dat juist door dit mystieke weer deze dag zo'n indruk op me gemaakt heeft.

Meestal besluit je op zo'n dag om niet te gaan wandelen, waardoor je zo'n ervaring als deze dus eigenlijk niet meemaakt!

Jullie aandeel in het geheel d.m.v. de prachtige verhalen, de fijne oefeningen en het heerlijke eten heeft natuurlijk ook ruim bijgedragen aan mijn tevreden gevoel over deze dag!

En niet te vergeten het prettige gezelschap!...' M.v.d.V

Wil je geen uitnodigingen meer ontvangen over deze activiteit, laat ons dat dan weten per mail.