

Workshop Stromend door de overgang met ChiNeng Qigong

Locatie: Beek en Donk

De overgang is een bijzondere tijd voor een vrouw. Denk niet alleen aan fysieke en mentale klachten, maar juist aan de veranderingen die je doormaakt. Het is een ontwikkeling waarin je je werkelijk verdiept in jezelf, van ego-bewustzijn naar hart bewustzijn.

Als vrouw kom je meer in je kracht staan 🙌.

Waar je vroeger nog vast zat in angsten en oordelen, voel je je nu nog meer aangetrokken tot innerlijke groei. Vanuit passie en inspiratie ga je op zoek naar betekenis en zin van het leven.

Weg met het krampachtig willen voldoen aan sociale verwachtingen, het is tijd voor innerlijke balans!

Het streven naar een “goed mens” te zijn wordt opgeheven, want van nature ben je al goed.

28 maart van 10.00-17.00 houdt Moira van Trilsbeek in samenwerking met Marijke Brouwers, psychodynamisch therapeut en coach <https://intoflow.nl> een inspirerende workshop “Stromend door de overgang met Chineng Qigong”.

Die dag worden oefeningen vanuit Chi Neng Qigong (Oosterse bewegingsleer) door Moira Trilsbeek afgewisseld met alle ins & outs met betrekking tot de overgang. Hiermee krijg je een mooie combinatie aan handvatten waarmee je tijdens deze overgangsfase goed door blijft ‘stromen’, je eventuele klachten verminderen en verzachten.

Deze dag is geheel verzorgd met thee, water, gezonde versnapering en overheerlijke lunch op een prachtige locatie in Beek en Donk.

Wil je deelnemen aan deze dag? Schrijf je dan in via Moira Trilsbeek

[Energie, Rust en Balans met Mindfulness en Chi Neng Qigong](#)

<https://mindfulmetmoira.nl>

[Instagram: @mindfulmetmoira](#)

[Facebook: Mindful met Moira](#)

[E-mail: mindfulmetmoira@outlook.com](mailto:mindfulmetmoira@outlook.com)

Telefoon nummer: 06 51210431

Laarbeek

KvK nummer: 87965917

Of via <https://intoflow.nl/contact>