



Louisweg 46 - 8620 Nieuwpoort

Contact themaweek & boekingen:

Shelly Lavens - 058.22.33.88

Shelly.Lavens@terduinen.be

Ontstressen aan zee

07/10 - 11/10/2024



Programma

Praktisch

Maandag 7 oktober

- ☞ Aankomst vanaf 10u30 + samenkomst
- ☞ Yoga sessie voor elke leeftijd

Dinsdag 8 oktober

- ☞ Workshop: Het hart als kompas bij stress
- ☞ Vrije namiddag

Woensdag 9 oktober

- ☞ Vrije voormiddag
- ☞ Sessie leren loslaten - ontspannen en ontstressen

Donderdag 10 oktober

- ☞ Relaxatie met klankschalen
- ☞ Vrije namiddag

Vrijdag 11 oktober

- ☞ Vrije voormiddag - Mogelijkheid tot bezoek aan de vrijdagmarkt
- ☞ Vertrek na middagmaal

Van maandag 07-10-'24 tot vrijdag 11-10-'24:

- ☞ Alle activiteiten inbegrepen
- ☞ Handdoeken- en lakenpakket inbegrepen
- ☞ Verblijf in volpension

Leden CM = 436,00 €

Niet-leden = 480,00 €

Toeslag éénpersoonskamer = 55,20 €

