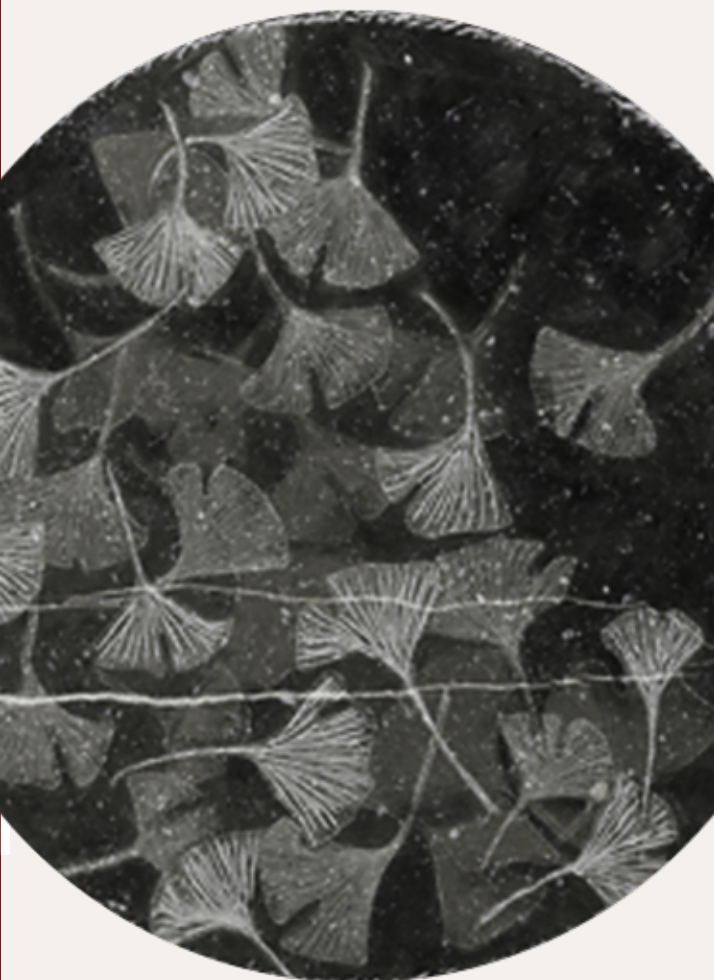


NAAR BINNEN NAAR BUITEN NOVEMBER



16-18 nov 2018 | Creil (Emmeloord)
Sander Wittebrood | Peter Huijzer
Anemone Oostvriesland

November, na een jaar vol warme dagen.
Een lente die wel zomer leek,
een zomer als in zuid zuid Europa.
Nu wordt het herfst:
de bomen buiten keren naar binnen,
laten hun blad los,
reiken hun wortels verder de grond in,
de winter afwachgend.
En wij?

We hebben allemaal een reis achter de rug –
werk, wonen, weten, niet weten, wachten,
dromen, ware liefde, waar is de liefde? Voelen,
wat voelen, echt voelen, wensen en waar sta je
nu? En waar wil je heen?

Een weekend om met elkaar en jezelf even uit
het alledaagse leven te stappen. Er van een
afstandje naar te kijken, de controle even los te
laten en in het hier en nu te registreren waar je
behoeftes liggen. Het contact met jezelf en de
wereld om je heen op te frissen en te verdiepen.
Waar voel je je sterk en waar verlies je energie?
En waar krijg je de energie cadeau?

Yogadocent Peter Huijzer, theatermaker/docent
Anemone Oostvriesland en Shiatsu-masseur
Sander Wittebrood bieden een programma aan
met zeer gevarieerde workshops. Allemaal
werken ze op hun eigen manier met boven-
genoemde thema's. Daarnaast is er voldoende
tijd en ruimte om te doen waar je zelf zin in
hebt: een wandeling maken, een frisse duik
nemen in het IJsselmeer, gesprekken voeren bij
het kampvuur of je terugtrekken met een fijn
boek. Veganistische maaltijden worden verzorgd
door de organisatie.



Over de locatie:

“Paradijs op aarde is een landgoed in de
Noordoostpolder met een weelderig erf van
10000 vierkante meter omringd door vele
bomen. Een plek met stilte, schoonheid en rust.
De ervaring van ultieme vrijheid. Op 750 meter
van het IJsselmeer.”
www.paradijsopaarde.nu





Peter Huijzer volgde de opleiding tot Okido Yoga leraar en geeft sinds januari 2018 yogales in Amsterdam. Daarnaast is hij gediplomeerd filosoof en gepassioneerd fietskoerier.

In zijn workshops staat het bewust worden van het eigen lichaam centraal: de aandacht naar binnen

brengen, een diepere ontspanning vinden, om vanuit die ontspanning weer in beweging te komen. En om vanuit die verbinding met jezelf je ook weer met anderen te kunnen verbinden.



Anemone Oostvriesland studeerde in 2015 af aan de opleiding Docent Theater en werkt sindsdien voltijd als theater- en educatiemaker met groepen jong en oud. Haar werk start vanuit je eigen lichaam, als directe waarnemer van de wereld om ons heen.

In haar workshops gaat ze het onderzoek aan naar hoe we ons tot onszelf, een ander, een groep of een fenomeen verhouden: ontdekken hoe je registreert of je ergens een 'ja' of een 'nee' bij voelt, grenzen voelen en aangeven, energielekage of energiewinning. Kan ik de manier waarop ik iets ervaar veranderen?



Sander Wittebrood volgt sinds september 2017 de Zen Shiatsu opleiding in Amsterdam. Een nieuw hoofdstuk in een lange ontwikkeling, "van technisch rationeel naar spiritueel voelend": via werktuigbouwkunde en filosofie naar Lifecoaching en Reiki.

Toen hij Shiatsu leerde kennen kwam er voor hem veel samen. In zijn workshops neemt hij je, aan de hand van de basisvaardigheden van de Shiatsu, mee op zoek naar je eigen verhaal over emoties, stress, gevoeligheden, hoe die samen komen in het lichaam en wat je ermee kunt.

Wanneer?

Van vrijdag 16 november, 18.00u tot zondag 18 november, 16.00u

Waar?

"Het Paradijs op Aarde" in Creil (bij Emmeloord), op ongeveer een uur rijden van Amsterdam.

Voor wie?

Studenten, starters, dertigers en veertigers

Kosten voor het weekend bedragen € 175,- (inclusief overnachting en maaltijden)

Aanmelden graag vóór 1 november via peterhuijzer@gmail.com en door € 35,- aanbetaling over te maken naar NL85 INGB 0008 7137 46, t.n.v. T.P. Huijzer. Het volledige bedrag mag ook in één keer worden overgemaakt, en dient tenminste voor aanvang van de retraite te zijn betaald.

Aanbetalingskosten worden niet geretourneerd. Bij afmelding na 1 november brengen we de kosten voor het weekend alsnog in rekening, tenzij je zelf nog iemand blij kan maken met een plekje.

Heb je geen beschikking over een auto, laat het ons weten, dan kijken wij of je met iemand anders mee kunt rijden. Mocht ook dat niet lukken, dan rijden er nog auto's vanaf de locatie op en neer naar Emmeloord om mensen daar op te halen. Vanaf Amsterdam Centraal is het ongeveer anderhalf uur met het openbaar vervoer naar Emmeloord.

Nog vragen?

peterhuijzer@gmail.com
anemoneoost@gmail.com
sander.wittebrood@gmail.com



Beeld: Cissy van der Wel, Verschijnen en verdwijnen (detail)