



Nieuwsbrief 18, februari 2016

Wandelend vertragen



Wintertijd

Je zou het niet altijd zeggen, maar toch
De natuur vertraagt, keert naar binnen
Er zijn dagen dat het water stolt

De dieren schuilen voor regen en kou
Je kunt de wind horen waaien door de bomen
en het ritme van de regendruppels op je capuchon

Verder is het stil

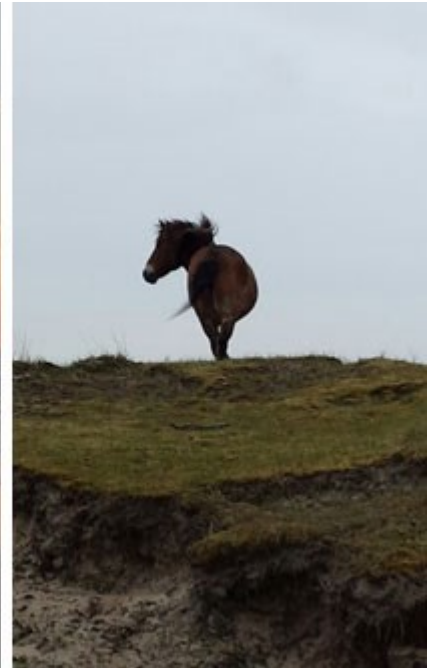
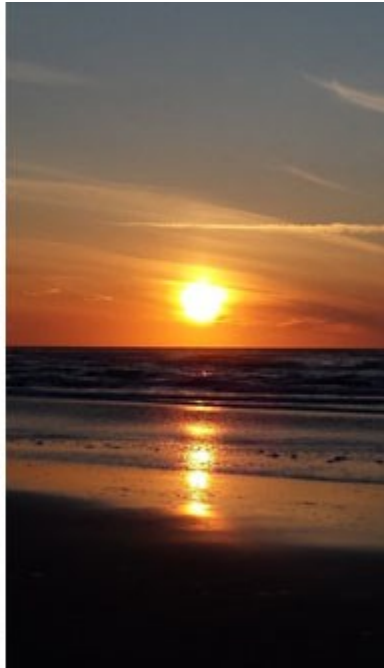
Er wordt gewacht op betere tijden
om weer tevoorschijn te komen
om te ontluiken en op te bloeien

Ook wandelen in de natuur vertraagt
Je hebt alleen twee benen nodig
De ene voet voor de andere zetten en je weg gaan
De wandeling brengt vertraging in de gang der dingen
Het geeft je een time-out van alles wat moet

Wandelend gecoacht worden

Het richt de blik naar binnen
Naar waar het werkelijk om gaat
Om daarna te ontluiken en verder tot bloei te komen

Coach- en stiltewandelingen op Terschelling



In de periode van maandag 4 april tot en met vrijdag 15 april ben ik op Terschelling. Mijn coach en stiltewandelingen vinden daar dan plaats. Overdag, in de avond of in het weekend (9 en 10 april).

Op het moment dat je op de boot naar het eiland stapt, laat je de zorgen van het vasteland achter je. De bus brengt je naar je accommodatie en je voeten zorgen ervoor dat je hoofd weer leeg raakt.

Is dit voor jou het moment om er ook even tussen uit te gaan, los te laten en te vertragen? Combineer een verblijf op het eiland met een of meerdere coachwandelingen. Ook intensieve trajecten zijn mogelijk.

Lijkt het je wat?

Mail me info@tinekefranssen.nl of bel me 06 49130803

In overleg kunnen we een planning voor de coach en/of stiltewandelingen maken.





Ontdek je Talent

Vier wandelingen op weg naar plezier in je werk! Ontdek je talent en wie je bent. Vijf jaar geleden ben ik samen gaan werken met Hilde Backus van Het Coachbureau in Utrecht. Hilde ontwikkelde het loopbaantraject 'Ontdek je talent en wie je bent' en schreef het boek "Op weg naar plezier in je werk". Daarnaast verzorgt zij de opleiding 'Wandelcoach worden'.

www.coachbureau.nl



Opkomende zon tijdens een stiltewandeling in de Broekpolder

Stiltewandelingen in de Broekpolder

Data: (onder voorbehoud)

- zondag 7 februari van 7.30 - 9.00 uur
- zondag 6 maart van 7.00 - 8.30 uur
- zondag 17 april van 7.00 - 8.30 uur

Er zijn geen kosten aan de stiltewandelingen verbonden.

Je kunt jezelf van tevoren aanmelden met behulp van het [contactformulier](#).

De wandelingen gaan alleen door bij voldoende deelnemers.

Aanmelding kan tot twee dagen voor de geplande wandeling.

Tineke Franssen
Hogelaan 21
3134 VJ Vlaardingen
T: 06 49130803
E: info@tinekefranssen.nl
www.tinekefranssen.nl

Je ontvangt deze nieuwsbrief omdat je in mijn adresbestand staat of ooit van mijn diensten gebruik hebt gemaakt.

Als je je gegevens wilt wijzigen (naam of emailadres) dan kun je dat [hier](#) doen.

Als je je wilt uitschrijven voor mijn nieuwsbrief dan doe je dat [hier](#).

Ontvang je deze nieuwsbrief van vrienden of bekenden en wil je hem zelf voortaan ook ontvangen meld je dan [hier](#) aan.