

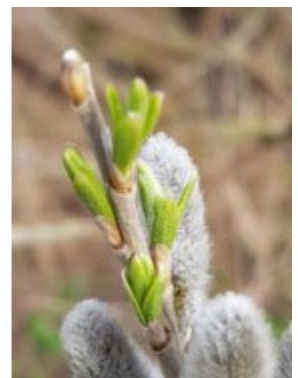
Nieuwsbrief 24, april 2017

Het feest van de lente!



Het is lente
De natuur ontwaakt
Er is van alles te zien, horen en ruiken

De groeikracht is enorm
Ik laat dit keer de beelden spreken!



Mijn bedrijf is in de afgelopen 10 jaar ook gegroeid, en hoe!
Wandelend in gesprek, supervisie in beweging, wandelcoaching, mindfulness wandelen en de loopbaantrajecten in samenwerking met Het Coachbureau.

Feestaanbiedingen!
Want wie jarig is trakteert....

Kennismakingswandelingen
Tijdens de maanden april, mei en juni zijn de particuliere kennismakingswandelingen van 1½ uur in prijs gehalveerd!
Belangstelling? Stuur een mail naar info@tinekefranssen.nl

Mindfulness en wandelen

En er zijn nog plaatsen beschikbaar bij de pilot van zes wandelingen die gaat leiden tot een op mindfulness gebaseerde training die wandelend in de natuur plaatsvindt!

De wandelingen vinden plaats op woensdagavonden van 19.30 -21.00/21.15 uur in de maanden dat de zon nog hoog aan de hemel staat: 10 mei, 17 mei, 24 mei, 7 juni, 14 juni en 21 juni 2017.

Kijk [hier](#) voor meer informatie of stuur een mail naar info@tinekefranssen.nl



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'.

Belangstelling voor een traject 'Ontdek je talent en wie je bent'? Kijk ook op www.coachbureau.nl of mail naar info@tinekefranssen.nl



Stiltewandelingen in de Broekpolder

Met een kleine groep lopen we stil en mindfull door de polder. De natuur is aan het ontwaken, de zon komt op, voetstappen zijn hoorbaar net zoals de vogels die fluiten. In de verte zijn loeiende Schotse Hooglanders hoorbaar. De wind is voelbaar op huid en door je haar. De aandacht is naar binnen gericht, het enige dat 'moet' is lopen.

Data: (onder voorbehoud

- Zondag 09 april van 7.00 - 8.30 uur
- Zondag 14 mei van 7.00 - 8.30 uur
- Zondag 11 juni van 7.00 - 8.30 uur
- Zondag 09 juli 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.