

Blokpauze

Type

Lezing/workshop

Startdatum

04/06/2025 - 24/06/2025

Locatie

Stasegemsesteenweg 21, 8530 Harelbeke, Belgium (De Gavers)

Door

Eva Mertens

Isabel Van Huele

Praktische info

Datums

04 juni 2025 - 17:30 - 19:00

11 juni 2025 - 17:30 - 19:00

20 juni 2025 - 11:00 - 12:30

24 juni 2025 - 11:00 - 12:30

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

1

Voor wie

Studenten die graag een effectieve pauze willen nemen en relaxatietechnieken willen aanleren

Hulp bij

Lichaamsgericht, Stress, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Gratis parking

Inhoud

In een klein groepje gaan we op wandel in de natuur. De ideale blokpauze dus! Samen wandelen we naar een rustigere examenperiode en geven we oefeningen mee die jou kunnen helpen om wat vaker uit je hoofd te raken.

Je kan inschrijven voor losse sessies of voor meerdere.

Contact en inschrijven

E-mailadres

praktijkevamertens@gmail.com

Inschrijven

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSerryKKAhW316dhydo1DoSIzSgvCU5SvxbejoAS4EjuYPeHZA/viewform?usp=head

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/blokpauze