



Therapie en Coaching aan
jongeren en volwassenen.

Beste,

De vakantie staat voor de deur. Eindelijk klaar om enkele weken/maanden te genieten van een welverdiende vakantie.

Maar in september begint er weer een volgend hoofdstuk. Een nieuwe school, een andere leerkracht of klasgenootjes, dit kan behoorlijk wat stress of onzekerheden met zich mee brengen.

Wij bieden je tijdens de vakantie de ideale gelegenheid om op een leuke en bijzondere manier je klaar te stomen voor deze nieuwe uitdaging!

**De BOKS – BOOST DAGEN , een samenspel van Boksen en Rots en Water.
Voor jongeren vanaf 12 jaar!**

Ben jij klaar om je mentale kracht te laten groeien en je zelfvertrouwen te boosten?
Ga met ons mee op deze bijzondere reis van zelfontdekking en zelfontplooiing door middel van boksen.

Leer je angsten te overwinnen, je emoties te kanaliseren en je innerlijke kracht te vinden.

We gaan vijf dagen lekker boks-boosten en tijdens dit groeiproces ons heel goed amuseren.

We BOOSTEN van 5 augustus t/ 9 augustus telkens van 10u tot 11.30u.

De laatste dag, op 9 augustus voorzien we twee uur zodat je aan iemand die je wil uitnodigen kan laten zien wat je in die vijf dagen bereikt hebt.

Belangrijk om te weten: er wordt in onze manier van boksen NIET op het lichaam maar op bokshandschoenen en pads gebokst. (wij voorzien alle materiaal) En weet... je hebt geen enkele ervaring nodig in boksen!

Plaatsen zijn beperkt dus wacht niet te lang met inschrijven.

Waar: Locatie Spiegelend Paard, Oosteneind 6 te 2328 Meerle.

Prijs: 100 euro voor de reeks.

Inbegrepen; water, boks materiaal, cadeautje en gezonde snack.

Begeleiding is in handen van:

Martine Brosens en Laura van den Elshout. Beide gecertificeerde Rots en Water trainers en geofende boksers.

Alle info en inschrijving: martine.brosens@spiegelendpaard.be

Met vriendelijke groeten,

Martine Brosens
Spiegelend Paard, meer dan alleen paarden

Brainspotting
Therapeutisch boksen
Coachen, therapie met hulp van paarden