

Et væsentligt møde med dig selv i naturen

Vi vil gerne invitere dig til et væsentligt møde med dig selv med naturen som ramme:

Til sanseåbnende øvelser.

Til meningsfulde samtaler.

Til meditation.

Til at gå i stilhed.

Med mulighed for at fordybe dig i de forskellige årstider.

Med fælles madlavning ved bålet.

Med tid til at være med dig selv, og tid til at være som gruppe.

En mulighed for at vække noget, som er svært at få plads til i hverdagen – noget væsentligt!

Turene kræver ingen forudsætninger, ud over at du kan gå 3 – 4 km. i roligt tempo.

Tilmelding og evt. spørgsmål skriv til anerud@gmail.com eller mettegrunerhanson@gmail.com

Forårsturen:

Vi mødes lørdag den 04.05.24 kl. 13:00 – ca. 20:30

På Mårum St. som ligger i Gribskov.

Du medbringer bestik, kop, tallerken, siddeunderlag, notesbog, drikkedunk, evt. tæppe og tøj, der passer til vejret.

Pris 850 kr. inkl. aftensmad og kaffe/the.

Sommerturen:

Vi mødes lørdag den 01.06.24 kl. 15:00 – søndag den

02.06.24 kl. 12:00

På Mårum St. som ligger i Gribskov.

Du medbringer telt, sovepose, liggeunderlag, lommelygte, bestik, tallerken, kop, drikkedunk, siddeunderlag, notesbog, evt. tæppe og tøj der passer til vejret.

Pris 1450 kr. inkl. aftensmad, morgenmad og kaffe/the.

Efterårsturen:

Vi laver også en efterårstur den 21.09.24 – 22.09.24, som endnu ikke er færdigplanlagt. Hvis du er interesseret, så skriv til os.



Ane Rud
Grønhøj
Madsen

Uddannet
ManuVision
Kropsterapeut,
Træner og
Naturterapeut

Mette
Grüner
Hanson

Uddannet
ManuVision
Kropsterapeut,
Træner og
Naturterapeut