

OP AVONTUUR IN ANDALUSIË



Een 5-daags programma in de mooie bergen van Spanje.
Een combinatie van coaching, persoonlijke groei, liefde voor eten, natuur en ontspanning.
Voor eenieder die rust en ruimte voor zichzelf kan gebruiken,
om met nieuwe inzichten en inspiratie naar huis te gaan.

Ga je met ons mee op avontuur?



“Een perfecte combinatie
tussen rust en activiteit.
Tussen informatie en
zelfreflectie.”



“Een cadeautje
voor jezelf.
Worth every penny!”



“Ik voel me sindsdien
veel stabiel en
ik vertrouw meer
op mijn gevoel.”

PRAKTISCHE INFORMATIE

Wanneer: Zaterdag 9 november – woensdag 13 november 2019
Waar: Centro Punto de Luz | Andalusië | Spanje
Prijs: € 780,-
Aanmelden: Stuur een e-mail naar rianne@andere-koek.nl

ALL INCLUSIVE

- ♡ **Vier overnachtingen** met privékamer, badkamer en een prachtig uitzicht.
- ♡ **Transfer** van en naar het vliegveld in Malaga.
- ♡ **Drie maaltijden** per dag. Het eten wordt gemaakt van natuurlijke ingrediënten.
- ♡ **Alle recepten** van het eten dat je deze week nuttigt.
- ♡ **Onbeperkt** bronwater, koffie, thee en fruit.
- ♡ Een **inspirerend programma** met dagelijks **coaching en workshops**.
- ♡ De **ruimte** om vragen te stellen of te sparren met ons.
- ♡ De **vrijheid** om iedere dag te doen wat voor jou past en waar jij behoefte aan hebt.

BIJKOMENDE KOSTEN

- ♡ Vliegticket (circa €150,- excl. ruimbagage)
- ♡ Je kunt naar wens massages en behandelingen ter plekke reserveren.
- ♡ Drank anders dan koffie/thee/water.

BEGELEIDING

Rianne van den Heuvel | [Andere Koek](#) | Coach |

Een open en stralende verschijning die houdt van spelen en vuurtjes aanwakkeren. Maar haar verantwoordelijkheidsgevoel en focus maken dat ze haar doel nooit uit het oog verliest. Met haar eerlijkheid en directheid gaat ze geen confrontatie uit de weg en laat ze haar hart volledig spreken. Goed voorbeeld doet vanzelf volgen. Rianne is lol, liefde en lef.



Richard Mowbray | Co-Founder [Centro Punto de Luz](#) |

Whole Food – Plantbased Chef | Food Inspirator |

Hij volgde zijn hart. Dat bracht hem thuis. In Andalusië. Waar hij samen met zijn compagnon een prachtig verblijf creëerde. Zijn hart vond hij in de keuken. Waar hij met zoveel respect voor de natuur ontdekte wat échte voeding voor de ziel is. Zijn passie is voelbaar... al voor je de eerste hap proeft.

Floor Cuyten | [Praktijk Satijn](#) | Coach |

Floor is een verbinder in hart en nieren.

Ze weet, voelt en ziet waar de lijntjes aan elkaar geknoopt mogen worden.

Met al haar zachtheid en oog voor verfijning weet zij de ander te raken.

Daar waar het nodig is.

Samenwerking | Met aandacht en creativiteit zetten wij individuen, groepen en bedrijven in beweging om samen het beste in jezelf en de ander naar boven te halen. Dit doen we onder andere door het organiseren van reizen, persoonlijke coaching-trajecten en workshops.

REFERENTIES

Een zeer ontspannen en uitgebalanceerde trip met een boost voor lichaam en hart. Zalig eten, professionele coaching, afgewisseld met vrije tijd op een fantastische mooie en fijne plek. Deze reis is goed georganiseerd, doordacht maar tevens intuïtief. Er gebeurt wat er op dat moment goed en passend is. Het eten is heerlijk. En de begeleiding bevlogen en kundig. Een gouden team! Ze vullen elkaar goed aan en vertrouwen (op) elkaar. Ze zijn altijd aanwezig. Met aandacht.

Arlette (42 jaar)

“De combinatie van liefde voor eten en natuur, coaching en ontspanning vond ik super. De dagen hebben me heel veel rust en inzicht in mezelf gegeven. Ik voel me sindsdien sterker en stabiel. Ik laat me ook meer leiden door mijn gevoel en ik durf meer te vertrouwen op mijn intuïtie. Dat vind ik echt heel bijzonder. Heel cliché maar ik ben echt dichter bij mezelf gekomen. Ik vind de prijs die ik heb betaald niet in verhouding tot alle dingen die we hebben ontvangen. Je mag het echt zien als 5 nachten all inclusive, op een privé kamer, mét coaching, workshops en yoga!! Koopje! Wat me van deze reis het meest is bijgebleven? De professionele coaching! Omdat het op zo’n respectvolle en liefdevolle wijze ging. Ik heb me echt op mijn gemak gevoeld. En genoten van jullie interactie met elkaar. Zo lief en eerlijk!” **Flora (32 jaar)**

“Dit snoepreisje is echt een cadeautje voor jezelf! Het heeft me rust, wijsheid en kracht gegeven. Informatie over voeding en wat voeding met je lijf en geest doet. Nu... nadien kan ik zeggen dat ik me krachtiger voel.

Richard, Rianne en Floor bundelen duidelijk hun krachten. Humor, liefde, authenticiteit, warmte, integriteit, professionaliteit en kennis. Alle drie op hun eigen unieke manier. Dit snoepreisje... Worth Every Penny!” **Manon (48 jaar)**

Heb je nog vragen of wil je meer informatie? Bel of mail ons gerust.

Liefs,
Rianne, Richard & Floor

