



In de diepte

Een inspiratieplaats voor wie voluit wil leven.

Doorgaand verbinden met jezelf.

Dit is een vervolgaanbod. Je bent je door middel van coaching (1:1 of in een groep) bewust van je patronen. ***Je hebt de wens om voluit te leven vanuit wie je ten diepste bent. Je weet ook dat dat inzet vraagt.*** Om je bewust te blijven. Om te blijven onderzoeken wat er in je leeft en tot uitdrukking wil komen. Dat is een doorgaand proces. Deze groep biedt je een plek – een inspiratieplaats met gelijkgestemden- om je doorgaand te verbinden met jezelf én je daarin te verdiepen.

Ver-diepen.

Gedurende het jaar kom je een aantal keer samen in deze groep. ***Een plek waar jij terug kunt keren naar jezelf, jouw diepte, jouw bron.*** In dit terugkerende principe kun je jezelf scherp en wakker houden.

We leren van en met elkaar. Waarin het individueel dieper wortelen in jezelf, het geworteld blijven in jezelf op jouw levensweg, centraal staat.

Ik zal je op liefdevolle en scherpe wijze ondersteunen en inspiratie bieden.

Mijn werkwijze.

Lichaamswerk: actief en subtiel.

Ervaringsgericht: je verkent, onderzoekt en ervaart.

In het moment en **in het rechtstreekse contact:** alles is welkom.

Afwisselende werkvormen aansluitend bij het groeps- en individuele proces.

Een **kleine groep** (max 5): in het contact met de ander ontdek en ervaar je.



Wat brengt het je?

- **Helderheid en daadkracht:** wat leeft er écht in je en wat vraagt dat van jou.
- Je **verbindt** je op een dieper niveau met jezelf: je lichaam en binnenwereld.
- Je volgt de natuurlijke stroom waardoor jij en je leven in **flow** komen/blijven.
- Je geeft actief **uitdrukking** aan wat je van binnen ervaart.
- Je geeft je leven richting vanuit een **vertrouwen en overgave**.

What's in?

- Vier keer per jaar - ieder seizoen - een groepsessie van een dagdeel (ochtend).
- Een werkplaats met ruimte om te oefenen, onderzoeken en jezelf in te brengen.
- Een doorgaande lijn met mij waarin je voorafgaand aan iedere sessie een brief schrijft over je ontwikkeling en wat je bezighoudt/tegenkomt.

Investering

De investering die je doet is €495,- excl. btw voor een jaar. Je kunt in termijnen betalen. Je neemt deel voor een heel jaar en aan het eind van het jaar besluit je of je in 2028 opnieuw deelneemt.

Wanneer: Start januari 2027 | Data plannen we in overleg.

Waar: Haaren (Noord-Brabant)

Je bent van harte welkom. Neem gerust vrijblijvend contact op om te kijken of dit passend voor je is.



ANDERE KOEK
COACHING & INSPIRATIE

T. 06 20324288

E. rianne@andere-koek.nl

W. www.andere-koek.nl