

## Wilt u Ontspanning en Inspiratie?

Uw Wandelcoach Eltjo Glazenburg organiseert op **donderdagavond 1 augustus 2013** een groeps-wandelcoaching rondom Ter Wupping met zijn slingerende beken, bollende akkers en afwisselende bossen in het mooie Westerwolde. We spiegelen ons aan de natuur en zoeken met behulp van metaforen naar antwoorden op onze vragen.

We starten om 19.00 uur vanaf De Meelschuur (Ter Wuppingerweg 3, 9591 VH Onstwedde) voor een rustige wandeling van 6km. We praten na onder het genot van een kopje koffie/thee.

De kosten zijn €5 inclusief een kopje koffie/thee.

De groepsgrootte bedraagt maximaal 10 wandelaars en aanmelden is dus verplicht.

Aanmelden en informatie [www.uwwandelcoach.nl](http://www.uwwandelcoach.nl) of M:0615027999.



**WANDEL & VERTEL...**

*De Meelschuur te Onstwedde*

OOK ALS HET EVEN NIET ZO LEKKER LOOPT

	<b>Wandelcoaching</b> vanaf de Meelschuur te Onstwedde	<i>Meer visie</i> <i>Meer duidelijkheid</i> <i>Meer ideeën</i> <i>Meer daadkracht</i> <i>Meer ontspanning</i>	<i>Samen met andere wandelaars van gedachten wisselen. Dat levert heel wat meer op dan koffiegeluter of borrelpraat. Met nieuwe ideeën en frisse energie ga je na de stevige wandeling vol enthousiasme weer aan de slag. Misschien sla je een andere weg in, misschien vind je een ander pad.</i>
---	--	---	--

**Uw wandelcoach**  
Eltjo Glazenburg

T. 06 15 02 79 99  
[info@uwwandelcoach.nl](mailto:info@uwwandelcoach.nl)  
[www.wandelcoach.nl](http://www.wandelcoach.nl)

Het thema is **Wandel & Vertel...** en tijdens het wandelen kunnen in een goed gesprek verschillende vragen aan de orde komen. Bijvoorbeeld: Loopt het even niet? Loop je vast? Loop je ook graag in de natuur voor ontspanning en inspiratie? We spiegelen ons aan de natuur en zoeken naar metaforen als antwoorden op onze vragen. Tijdens het wandelen is het heerlijk om het hoofd leeg te maken en alle emoties en gedachten op een rijtje te krijgen. Ook geven mensen zich veel meer bloot dan als je tegenover elkaar zit. Daardoor krijg ik de gelegenheid om door te vragen en zetten mensen hun gedachten op een rijtje. We bespreken echt niet alleen problemen, hoor. Ook talenten en mazzeltjes komen aan de orde. Het is voor mij belangrijk dat mensen lekker in hun vel zitten. Door hen te coachen en met hen te wandelen, gebeurt dat ook. Is dat niet geweldig?"