

Volg jouw beweging



LICHAAM • ZINGEN • VOELEN

Workshop Stembevrijding

♪ Zondagmiddag in Alkmaar: 13 januari 2019 bij Wakker op Zondag

Individuele stembevrijding

Wil je meer tevoorschijn komen en jouw stem laten horen? Meer ruimte, vrijheid en energie voelen in je leven? Je minder inhouden en aanpassen? Zing wat er in je leeft, maak bevrijdende klanken, tonen van jouw ziel. Ervaar de diepgaande, helende werking van stembevrijding. Je bent van harte welkom in mijn praktijk in Oudorp.

Klinkend ontwaken

Stembevrijding met een meditatief karakter. Vul jezelf met jouw eigen klank en de klanken om je heen. Mediterend, reciterend en improviserend. Laat energie, ruimte en bezieling binnenstromen. Open groep, 1x per 2 weken, je kunt dus ook losse lessen volgen.

♪ Vrijdagochtend in Oudorp: 25 januari, 8 + 22 februari, 8 + 22 maart, 5 + 19 april en 10 mei

Zingend tot jezelf komen

Stembevrijding met het accent op stemexpressie. We brengen de aandacht naar binnen en zingen van daaruit ons eigen 'lied'. Ontdek wat in je leeft en wat jouw eigen geluid is op dit moment. Besloten groep voor een veilige bedding, 1x per 2 weken. Serie van 7 bijeenkomsten, je kunt ook 5x volgen.

♪ Woensdagavond in Oudorp: 13 februari proefles, serie start op 27 februari

Come together songs

We zingen wereldliederen, mantra's en spirituele liederen rondom de piano. Tijdens deze samenzang zullen we hoog opstijgen, diep duiken, struikelen, zweven en soms zomaar de bocht uit vliegen. Open groep, 1x per maand.

♪ Woensdag- of vrijdagochtend: 16 januari + 20 februari + 15 maart + 12 april + 17 mei

Inge Berkhout
STEMBEVRIJDING

www.ingeberkhout.nl • Facebook.com/Volgjouwbeeweging
info@ingeberkhout.nl • Mobiel 06-23 88 66 76