

Volg jouw beweging

STEMBEVRIJDING



LICHAAM • ZINGEN • VOELEN

Klinkend ontwaken Hortus Alkmaar

Na een stille periode maken we onze stem en lichaam weer wakker. Start de dag goed, stem je af op jezelf.

♪ Vrijdagochtend 1x per 2 weken BUITEN in de prachtige tuin van Hortus Alkmaar. Losse lessen.

Hemels klinken in het witte kerkje

We maken vrije meditatieve klanken, zingen mantra's en genieten van de stilte. Dat is hemels klinken!

♪ Vrijdagochtend 1x per 2 weken in het witte kerkje in Oudorp. Serie/ losse lessen.

Zomerzonnewende Samenzang – seizoensvieringen

We zingen mantra's en wereldliederen op vrije wijze i.s.m. Abel Drent (gitaar) en Ilse van Rij (piano/zang).

♪ Zomerzonnewende 20 juni BUITEN bij De Kromme Sloot in Alkmaar. Daarna: 19 september + 24 december.

Vrije-stem-cirkel in het Alkmaarse badhuis

Indianenklanken, sjamanendrum en jouw stem van waarheid. Cirkel van wezenlijke ontmoetingen via de stem.

♪ Vanaf zaterdagmiddag 26 juni 1x per maand in het Alkmaarse badhuis. Serie/ losse lessen.

Cursus Stembevrijding in het witte kerkje

Geef via vrije klank expressie aan wie jij bent en wat er in jou leeft. Ontdek jouw eigen, natuurlijke stemgeluid.

♪ Dinsdagavond 14 september open lesavond. Daarna 1x per 2 weken met besloten groep op klankreis.

Individuele stembevrijding

Wil je meer tevoorschijn komen en jouw stem laten horen? Je minder inhouden en aanpassen? Meer ruimte en vrijheid voelen in je leven? Zing wat er in je leeft, maak bevrijdende klanken, laat de tonen van jouw ziel klinken! Weet je van ♥e welkom en ervaar de diepgaande, helende werking van stembevrijding.

Ik werk 1-op-1 in het Alkmaarse badhuis, online en buiten in de natuur.

Kennismakingsworkshops

♪ Zondag 13 juni tijdens Gezondheidsmarkt bij Hortus Alkmaar

♪ Zaterdag 4 september Open dag workshops in het witte kerkje Oudorp

Inge Berkhout
STEMBEVRIJDING



www.ingeberkhout.nl • [Facebook.com/Volgjouwbevinging](https://www.facebook.com/Volgjouwbevinging)
info@ingeberkhout.nl • Mobiel 06-23 88 66 76