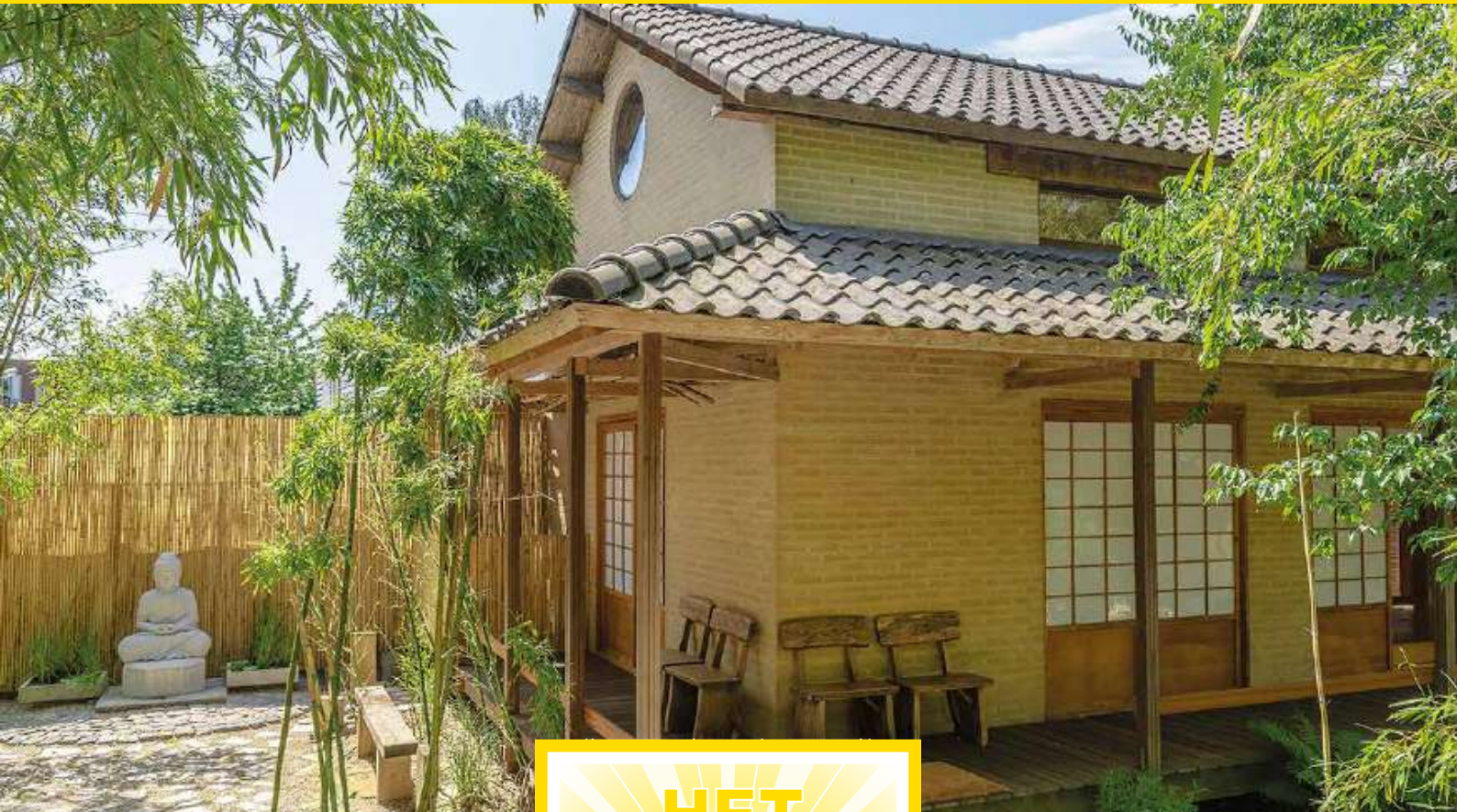


Meditatiehuis Het Zonnelicht



Het Zonnelicht is gelegen in hartje Tilburg,
heeft een meditatiehuis in Japanse stijl en is omgeven
door een mooie bamboetuin.

Een plek voor verstillings...

**Overzicht
wekelijkse lessen &
workshops / cursussen**

Workshops & cursussen

IJSBADWORKSHOP

www.lindejelena.com
Linde Jelena
info@lindejelena.com

SJAMANISTISCHE DROOMREIS

www.natuurlijkritme.com
Martine Moulart - 0613029192
info@natuurlijkritme.com

ADEMCOACHING- ADEMCIRCEL

www.anklambers.nl
Ank Lambers - 0624714292
info@anklambers.nl

HERBRONNEN

Babiche Ubben
www.babiche.online
info@babiche.online

MINDFULNESS & ZELFCOMPASSIE

www.lauralascoaching.nl
Laura Las - 0626552435
info@lauralascoaching.nl

QI GONG WORKSHOP

www.deboogyoga.nl
Marian Scherpenisse - 0636099997
info@deboogyoga.nl

MINDFULNESS TRAINING MBSR

www.resilijans.nl
Jan Vrenssen - 0624363907
info@resilijans.nl

THE BRIGHT PATH

Meditatietechniek Ascension
www.thebrightpath.com
Haimavati & Marichi
haimavati@thebrightpath.com

MINI RETRAITES & CEREMONIES

www.mana-gezondheidspraktijk.nl
Chantal van Heumen - 0629133947
chantal@mana-gezondheidspraktijk.nl

OM CHANTING CIRKEL

Paul.hcts@gmail.com
0612403835
www.bhaktimarga.nl

INSIGHT WORK

www.insightwork.nl
Brice Jansbergen & Lana Rent
brice@insightwork.nl

COLOURFUL TEMPLE

www.facebook.com/colourful.temple
Naomi Deborah
colourful.temple@gmail.com

MINDFULNESS JONGERENTRAINING

door Mark Hansen
www.elinesnel.com
amt@elinesnel.com

WIE DOET WAT WANNEER ...

Kijk bij Workshops & cursussen en
op de agenda van de website
www.hetzonnlicht.nl

Wekelijkse lessen

MAANDAG

STILTE DAG - OPEN VOOR MEDITATIE

maandag 9.00-11.00 uur - samen mediteren
11.00-18.30 uur - meditatie op eigen gelegenheid
vrije inloop - donatie - niet begeleid

STICHTING LEVEN IN AANDACHT

maandag Mindfulness beoefening -
volgens Thich Nhat Hanh
20.00-21.30 uur - inloop 19.30 uur
G.moerkerk@gmail.com - 0644097178
www.aandacht.net

DINSDAG

TAI CHI / QI GONG

dinsdag 08.45-09.45 uur - Chantal van Heumen

BODY & MIND UURTJE

dinsdag 10.15-11.15 uur - Chantal van Heumen
chantal@mana-gezondheidspraktijk.nl
0629133947
www.mana-gezondheidspraktijk.nl

KUNDALINI YOGA

dinsdag 18.30 - 19.45 uur - Gela Wilhelm
info@gianatma.com - 0655577693
www.gianatma.com

MINDFUL TUESDAY

dinsdag 20.00 - 21.30 uur
mindfultuesdaytilburg@gmail.com
Laura Las, Jan Vrenssen en Kasper Meulesteen
www.lauralascoaching.nl

WOENSDAG

TAI CHI / QI GONG

woensdag 08.45-09.45 uur - Chantal van Heumen

BODY-MIND UURTJE

woensdag 10.15-11.15 uur - Chantal van Heumen
chantal@mana-gezondheidspraktijk.nl
0629133947
www.mana-gezondheidspraktijk.nl

QI GONG 5 ELEMENTEN

woensdag 19.00-20.15 uur - Marian Scherpenisse
info@deboogyoga.nl - 0636099997
www.deboogyoga.nl

SCHOOLVAKANTIES

De activiteiten van dinsdag tot en met vrijdag gaan in de schoolvakanties niet door.

De Stille-dag op maandag stopt in de zomervakantie.

ZWANGERSCHAPS YOGA

woensdag 20.30-21.30 uur - Linda Holman
info@littleguruyoga.nl - 0654344508 - 013 7855567
www.littleguruyoga.nl

DONDERDAG

PILATES

donderdag 8.45-9.45 uur
Jacqueline van Hest - 0629579134
Jacqueline013@ziggo.nl
www.personaljacqueline.nl

QI GONG 5 ELEMENTEN

donderdag 10.00-11.15 uur - Marian Scherpenisse
info@deboogyoga.nl - 0636099997
www.deboogyoga.nl

QI CONG / BODY-MIND UURTJE

donderdag 19.00-20.00 uur - Chantal van Heumen
chantal@mana-gezondheidspraktijk.nl
0629133947 - www.mana-gezondheidspraktijk.nl

KUNDALINI YOGA

donderdag 20.30-21.45 uur - Gela Wilhelm
info@gianatma.com - 0655577693
www.gianatma.com

VRIJDAG

KUNDALINI YOGA MANNEN

vrijdag 07.30-09.00 uur - Maarten van Bijsterveldt
info@theyogicompany.nl - 0637544309
www.theyogicompany.nl

KAIUT YOGALES

vrijdag 9.45-10.45 en 11.00-12.00 uur - Jan Kamp
info@janyoga.nl - 0651202452 - www.janyoga.nl

WEEKEND

DIVERSE WORKSHOPS

vrijdagavond - zaterdag en zondag
hetzonnlicht.nl/workshops

ZONNELICHT-OCHTEND

1 x 2 weken op zondag de Zonnlicht-ochtend
hetzonnlicht.nl/zonnlichtochtend
9.30 tot 10.30 uur stille meditatie - korte pauze
10.45 tot 11.30 uur wisselend aanbod
11.30 tot 12.00 uur nazit met koffie/thee/lekkers
kosten 5 euro
karin@hetzonnlicht.nl - 0610175492



**"Your true nature is that of infinite spirit.
It is not a matter of becoming but of being."**

"You are the self, you are already and eternally that."