Agenda augustus t/m oktober

Bekijk de webversie

HET
Zonnelicht

Het Zonnelicht gaat weer open ...

Lieve allemaal ...

De zomervakantie is weer voorbij ... hopelijk de zomer nog niet ;-)

Komende maandag 19 augustus start de Stiltedag weer
en vanaf dinsdag gaan alle vertrouwde wekelijkse lessen beginnen.

Hopelijk heeft iedereen er weer zin in!

Workshops komende week

Tai Chi workshop
Woensdag 21 augustus 13.00 – 16.30 Eline

Workshop Familie opstellingen
Vrijdag 23 augustus 14.00 – 17.00 Malou & Dana

Soundhealing with Tibetan bowls
Zondag 25 augustus 14.00 – 15.00 Elena Lisnic

Zonnelichtdagen

ZONNELICHTOCHTEND

25 augustus MINDFUL MEDITEREN & COMMUNICEREN
Dorle Lommatzsch
8 september - KLANK & RUIMTE - Kees Peters
22 september - HEALING MANTRA'S - Brand Heek
6 oktober – MINDFULNESS & ZELFCOMPASSIE – Laura Las
20 oktober – MINDFUL BEWEGEN & MEDITEREN – Paulus Karremans

ZONNELICHTMIDDAG

De Zonnelichtmiddag krijgt een nieuwe invulling.
Er zijn in de middag 2 workshops op donatiebasis.

zondag 8 september
STARGATE MEDITATIE **15.30 – 17.00 uur** - Joy Schijf
zondag 20 oktober
SOUND HEALING **13.00 – 14.00 uur -** Elena Lisnic
STARGATE MEDITATIE **15.30 – 17.00 uur** - Joy Schijf

ZONNELICHTAVOND

Iedere maandag: meditatie begeleid door Stichting Leven in Aandacht
zondagavond 1x per mnd: Om Chanting Cirkel

STILTEDAG

Iedere maandag

ZONNELICHT ZIJNSDAG

Deze dag biedt de mogelijkheid om meer tijd en aandacht te geven aan je meditatie of om gewoon langer in stilte, in rust te kunnen zijn, zonder iets te hoeven of te moeten.
Een dag voor verstilling op een mooie plek.

Zaterdag 24 augustus en zaterdag 7 september
Dinsdag 22 en woensdag 23 oktober
9.30 - 16.30 uur

Mindful Tuesday meditatie weekend

Mindful Tuesday

30 augustus t/m zondag 1 september

Een weekend retraite met mindfulness en (zelf)compassie.
Het biedt je de gelegenheid om te mediteren in een groep met begeleiding.
Iedereen die graag mediteert is van harte welkom, ook al heb je weinig ervaring.

vrijdagavond 18.30 - 21.30 uur
zaterdag 8.30 - 17.30 uur
zondag 8.30 - 12.30 uur

Voor meer informatie

MINDFUL TUESDAY MEDITATIE WEEKEND

Vertrouwde workshops

ADEMCIRKEL

vrijdagavond 23 augustus - 6 september
20 september - 4 oktober - 18 oktober
19.30 – 21.30 uur

Ank Lambers

IJSBAD WORKSHOP

weekend 28 & 29 september
5 oktober

10.00 - 15.00 uur

Linde van der Heijden

SINGING SANGHA
MANTRA'S & MORE

zaterdag 24 augustus - 5 oktober
19.30 – 20.30 uur

Brand Heek & Cor

SJAMANISTISCHE KLANKREIS

zondagmiddag 1 september
15:30 – 18:00

Patrick Konings

Speel je vrij!

SPEEL JE VRIJ

woensdagmiddag 18 september
14.00 - 16.00 uur
zaterdagavond 19 oktober
19.30 - 21.30 uur

Marlou Stinesen

VROUWENCIRKEL

vrijdagavond 27 september
19.00 – 21.30 uur

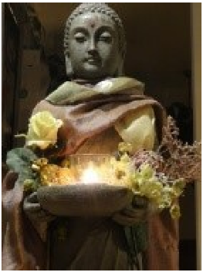
Lien Vossen

Geef het lucht, geef het ruimte
Adem er maar doorheen

ADEMEN IN ZELFLIEFDE

Zondag 6 oktober
13.00 – 16:00

Lien Vossen



YOU ARE SO GREAT
Lezing

zaterdagmiddag 19 oktober
14.00 – 16.30

Jan Oostenbrink

Cursus - Trainingen - Retreats

First Sphere cursus - Ascension

WEEKEND 13 T/M 15 SEPTEMBER

Heb je altijd al graag willen mediteren ...
dan is de **Ascension techniek** een eenvoudige manier om je daarbij te helpen.

Tijdens deze cursus, leer je hoe je voorbij de beperkende structuur van je mind kunt stijgen. Om zo de magie en kracht van het leven voorbij deze grenzen te ontdekken.

Door Ascension kun je je opnieuw verbinden
met je natuurlijke staat van Liefde, Harmonie en Innerlijke Vrede.
Na het introductieweekend heb je alles wat je nodig hebt om zelfstandig Ascension

te beoefenen, inclusief levenslange ondersteuning van de leraren
en een fijne community om je ervaring mee te delen.

Voor meer informatie
haimavati@thebrightpath.com
+32 492 53 59 29
www.TheBrightPath.com

BROCHURE ASCENSION

Reiki 2 cursus

WEEKEND 21 & 22 SEPTEMBER

Reiki is een zeer krachtige, Japanse heelkunst. De universele energie wordt door handoplegging doorgegeven, aan jezelf en aan anderen. Deze heelkunst werkt helend op lichamelijk, geestelijk en emotioneel niveau. Het allermooiste van Reiki is dat iedereen die zich ervoor openstelt het kan leren toe te passen'.

In de Reiki 2 cursus ga je de diepte in met Reiki en breid je je kennis verder uit.
Bij voorkeur volg je reiki 2 minstens 90 dagen na afronding van de cursus reiki 1.

Voor meer informatie **ANNA VERHEIJEN**

Walking the path of the Heart - Ragnar Johnsen

RETREAT BIRTHDAY TOUR - 11 T/M 13 OKTOBER

This retreat will be part of the "Walking the Path of the Heart" Birthday Tour.
Ragnar Johnsen will make a tour through different European countries,
as a wish for him to share heart medicine around his 60th birthday!
His gift to you all...

These days will be filled with beautiful magical healing ceremonies
guided by universal wisdomkeeper, pure channel and Nordic rune master Ragnar Johnsen.
We surrender into a strong crystal clear loving healing field,
so we can dive deep into ourselves.
To find what wants to be met, seen
and embraced for insights, healing and transformation.

Voor meer informatie RAGNAR JOHNSEN

Aanmelden Wieteke Brocken wieteke@aardeenco.nl

Mindfulness training - Laura Las

START WOENSDAG 9 OKTOBER

Mindfulness staat voor een kwaliteit van aandacht, een volledig bewustzijn van het moment en de huidige ervaring. Mindfulnesstraining of aandachttraining is een training in opmerkzaamheid of aandachtigheid.

In de mindfulnesstraining leer je hoe je steeds weer de rust en helderheid
in jezelf kunt opzoeken. Wanneer het leven je deze rust niet gunt,
leer je zo goed mogelijk om te gaan met wat er gebeurt.

De training zijn 9 dagdelen plus 1 zaterdag en een individueel voorgesprek.
Tijden 15.00 – 17.30 uur

De website is komende tijd even "Under Construction"
Je kan Laura mailen op info@lauralascoaching.nl of bellen 06-26.552.435

www.lauralascoaching.nl

Wekelijkse lessen

Dinsdag

QI GONG
dinsdag 09.00 – 10.00 uur   Chantal van Heumen

BODY MIND FIOW
dinsdag 10.15 – 11.15 uur   Chantal van Heumen

KUNDALINI AWAKENING
1x per 2 weken   dinsdag 11.45 – 13.30 uur   Ayla

SOUNDHEALING
1x per 2 weken dinsdag 14.00 - 15.00 uur

KUNDALINI YOGA
dinsdag 18.30 – 19.45 uur   Gela Wilhelm.

MINDFUL TUESDAY
dinsdag 20.00 – 21.30 uur. Laura Las, Jan Vrenssen en Kasper Meulesteen

Woensdag

QI GONG
woensdag 08.45 – 09.45 uur   Chantal van Heumen

CHI FLOW
woensdag 10.15 – 11.15 uur en van 11.30 – 12.30 uur
Nicole van den Boom

QI GONG 5 ELEMENTEN
woensdag 19.00 – 20.00 uur   Marian Scherpenisse

ZWANGERSCHAPS YOGA
woensdag 20.30 – 21.30 uur   Linda Holman

Donderdag

PILATES
donderdag 8.45 – 9.45 uur   Jacqueline van Hest

QI GONG 5 ELEMENTEN
donderdag 10.00 – 11.00 uur en van 11.15 – 12.15 uur

Marian Scherpenisse

CHI FLOW
donderdag 18.45 – 19.45 uur   Nicole van den Boom

KUNDALINI YOGA
donderdag 20.30 – 21.45 uur   Gela Wilhelm.

Vrijdag

KUNDALINI YOGA MANNEN
vrijdag 07.30 – 09.00 uur   Maarten van Bijsterveldt

KAIUT YOGALES
vrijdag 9.45 – 10.45 uur en 11.00 – 12.00 uur
Jan Kamp

Kijk voor meer informatie
WEKELIJKSE LESSEN

Leesgroepen

DE FILOSOFIE VAN YOGA EN VEDANTA LEESGROEP
begeleid door WIM VAN DE LAAR
Woensdagavond 1x per maand - september t/m december

MARIA MAGDALENE LEESGROEP
begeleid door JOY SCHIJF

Maandagavond 1 x per maand - september t/m december

RAMANA MAHARISHI LEESGROEP

begeleid door KARIN
dinsdagochtend 10.00 - 12.00 uur 1 x per 2 weken

BYRON KATIE LEESGROEP

begeleid door KARIN
donderdagochtend 10.00 - 12.00 1x per 2 weken

Individuele sessies

ELENA LISNIC THERAPIE

Energetische healingen - hypnotherapie
Indiase hoofdmassages - Tibetaanse klankschaalsessie
Aanmelden ELENA LISNIC

-

PRAKTIJK CHI NATURE

Individuele therapie en begeleiding
op het gebied van gezondheid, ontspanning en leefstijl.
NICOLE VAN DEN BOOM

Tot gauw ...

Het Zonnelicht
Lanciersstraat 90G, 5017 CT Tilburg
Karin de Leeuw

06 10 17 54 92
karin@hetzonnelicht.nl
www.hetzonnelicht.nl

HET
Zonnelicht
Een plek voor verstilling

Facebook Website

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}.• Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich hier afmelden. • U kunt ook uw gegevens inzien en wijzigen. • Voor een goede ontvangst voegt u karin@hetzonnelicht.nl toe aan uw adresboek.

Laposta