

# 4-daagse reinigingsretreat te Lochem

24 t/m 28 maart 2021

Speciaal voor vrouwen



*In het voorjaar zindert de natuur van groeikracht. Dit is een mooie tijd om te reinigen, te bezinnen, ruimte te maken, geïnspireerd te raken en nieuwe stappen te zetten...*

Net als voorgaande jaren is de basis van deze reinigingskuur het Indiaanse Seneca dieet. Ervaar dat reinigen je levenskracht, energie en creativiteit kan opleveren. Het bevordert je gezondheid en daarnaast is het voor velen van ons ook heerlijk om wat kilo's kwijt te raken.

In deze reinigingsretreat willen we de elementen uit de natuur centraal stellen, zo zal elke dag in het teken staan van een specifiek element. De reiniging wordt ondersteund door een inspirerend programma waar meditatie, healing tao, yoga, muziek, dans, natuurbeleving en rituelen deel van uitmaken.

Er is ook de mogelijkheid om een massage te boeken. We houden rekening met een goede balans tussen rust en activiteit.

De retreat vindt plaats op Centrum Athanor, een prachtige locatie in de Achterhoek. ([www.centrumathanor.nl](http://www.centrumathanor.nl))

Aanvang van de retreat: woensdag 24 maart vanaf 19:00 t/m zondag 28 maart 16:00.

Kosten: 595,00 euro pp. Toeslag voor een 1 persoonskamer is 75,00 euro.

**Bij aanmelding voor 24 december ontvang je 45,00 euro vroegboek korting!!**

De begeleiding is in handen van Rosa Verlaan ([www.adisa-healing.nl](http://www.adisa-healing.nl)) in samenwerking met Clarine Ritzen, Ellen Haring en Hilly Danser.

Enthousiast geworden??

Mocht je interesse hebben dan kun je meer informatie opvragen door een mail te sturen naar [rosa@adisa-healing.nl](mailto:rosa@adisa-healing.nl)

