



Belichaamd zingen

Duik in de ervaring van aanwezig zijn in je lichaam en van daaruit te zingen

Deze dagen neem ik je mee in de stroom van beweging en klank maken. Laat je bewegen in en met de cirkel, verbind je met de groep door deze ervaring samen te delen. Of kies voor verdieping in een 1 op 1 sessie, waarin je stem de vrijheid krijgt te exploreren.

Wil je graag de complete ervaring? Dan ben je van harte welkom deel te nemen aan elke activiteit die ik je deze dagen bied.

Actieve meditatie - in groep (max 20)

Het is ochtend, we nemen eerst de tijd om ons lichaam op te warmen, hierin zal ikzelf en een assistent je begeleiden. Na deze opwarming gaan we de meditatie in.

Osho creëerde deze actieve meditatie om in ons lichaam aanwezig te zijn. Via beweging, dans, activerende en inspirerende muziek kunnen we ons lichaam voelen.

Vanuit deze activatie kunnen we de stiltemeditatie ingaan.

Individuele sessie belichaamd zingen - 1,5u

In een sessie verdiepen we het contact met je lichaam en je stem. Via beweging, meditatie, ademhaling, begeleid ik je in je weg naar binnen. Van daaruit maken we klank en ben ik aanwezig in al wat er zichtbaar en gehoord mag worden.

Indien je dat wenst, doen we kort (online) kennismakingsgesprek waarin je kan voelen of deze sessie iets voor jou is.

Verbindende zangcirkel - in groep

We komen samen in de cirkel, via gronding en ademhaling komen we bij je centrum van waaruit we gaan zingen. We verbinden ons met elkaar via onze stemmen en de liederen die we samen zingen. We zingen spirit songs en mantra's, door mij begeleid op gitaar of drum.

Concert The Storyteller

Geïnspireerd door The Storyteller breng ik mijn verhaal in woorden en muziek. Deze avond deel ik met jullie de liederen van mijn eerste album, naast liederen die me inspireren op mijn pad. Je bent van harte welkom!

Praktische info en prijzen

Locatie: De schuur van Hoeve Wabi Sabi; Provinciebaan 59, 8840 Staden

Deelname meditatie	25€
Deelname zangcirkel	25€
Individuele sessie 1,5u	80€
Concert The Storyteller	22€

Bundels

All-in: meditatie, zangcirkel, individuele sessie en concert	125€
Ervaring in groep: meditatie + zangcirkel	40€

Mogelijkheid te overnachten in hoeve Wabi Sabi 30€/ nacht
hiervoor kan je contact opnemen met Peter hoewewabisabi@gmail.com

Planning

Vrijdag 7/2/2025

Actieve meditatie	8u30 - 9u
Individuele sessie 1	11u - 12u30
Individuele sessie 2	14u - 15u30
Individuele sessie 3	16u - 17u30
Zangcirkel	19u30 - 21u

Zaterdag 8/2/2025

Individuele sessie 4	9u - 10u30
Individuele sessie 5	11u - 12u30
Individuele sessie 6	14u - 15u30
Individuele sessie 7	16u - 17u30

Inschrijven

Stuur een mail naar nele@klankinstroom.be met vermelding waar jij je graag voor inschrijft. Indien je nog vragen hebt over de inhoud, kan je me ook via deze weg bereiken.

Als je kiest voor een individuele sessie, geef ook jouw tijdstip van voorkeur.

Jouw inschrijving is volledig wanneer het bedrag is overgeschreven.

Ik ontmoet je graag,

Liefs, Nele

