

# DE TAAAL VAN JE LICHAAM

Groningen

Zaterdag 9 september



een workshop waarin je leert  
de signalen van je lichaam  
op te merken en begrijpen

Luisteren naar de taal van je lichaam kunnen mensen van nature, maar vaak verleren we het door alle ervaringen in het leven. Meestal zit al onze aandacht in het hoofd en daardoor blokkeert de connectie met ons lichaam, met ons gevoel, en met wat we echt nodig hebben. Door aandacht te hebben voor wat er gebeurt met je lichaam komt er informatie aan het licht die je met denken en taal niet altijd bereikt. Door gerichte fysieke oefeningen krijg je meer bewustzijn van je gevoelens en je authenticiteit.

Tijdens deze workshop maak je op een lichte en speelse manier kennis met Core Energetica. Core Energetica is een vorm van lichaamsgerichte therapie waarbij de focus ligt op wat het lichaam ons te vertellen heeft. Het lichaam liegt niet, het spreekt altijd de waarheid. In deze workshop gaan we op zoek naar die waarheid. En soms is deze waarheid een totaal andere dan wat je hoofd je probeert te vertellen.

## VOOR WIE

Voor iedereen die een betere relatie met het eigen lichaam wil en op zoek is naar meer levensenergie. Deze workshop is een uitgelezen kans om meer te weten te komen over Core Energetica en jezelf. Ook zal er gelegenheid zijn om vragen te stellen over de opleidingen van het Nederlands Instituut voor Core Energetica (NICE): de Beroepsopleiding (internationaal, voertaal Engels, 4 jaar, start oktober 2023) en de Transformatietraining (voertaal Nederlands, 2 jaar, start oktober 2023).

## DOOR WIE

De workshop wordt gegeven door Riet Mellink en Bert Stek.



Riet Mellink werkte in het verleden als kunstdocent en producent/programmeur/coach voor o.a. Terschellings Oerol en Over het IJ Festival. In 2012 is ze begonnen aan de beroepsopleiding van NICE. Sinds 2016 heeft ze een praktijk als Core Energetisch therapeut. Ze geeft ook les op de opleiding van NICE.



Bert Stek werkt als financieel directeur voor een bouwbedrijf. Daarnaast zit hij in het management van NICE. Omdat zijn werk hem veelal 'in het hoofd brengt', heeft hij, om lichaam, geest en gevoelens meer te kunnen integreren, de Core Energetica beroepsopleiding gedaan, van 2008 tot 2012.

## WANNEER

Zaterdag 9 september  
Inloop vanaf 9.45 uur  
Start 10.00 uur  
Einde 17.00 uur

## WAAR

wordt nog bekend gemaakt  
Groningen

## KOSTEN

€40,00  
Inclusief koffie en thee.  
Neem zelf je lunch mee!

## AANMELDEN

Meld je aan bij  
Riet of Bert  
[riet@explorecore.nl](mailto:riet@explorecore.nl)  
[bert@coreenergetica.nl](mailto:bert@coreenergetica.nl)

