



## **HSP Wandeling**

### **Voor wie het?**

De HSP Wandeling is een wandeling voor **Hoog Sensitieve Personen** en personen die verbinding voelen met (hoog)sensitiviteit.

### **Wat is het?**

Een HSP Wandeling is een wandeling voor Hoog Sensitieve Personen en personen die verbinding voelen met (hoog)sensitiviteit. Het is een stilte wandeling in de prachtige omgeving van de Dordtse Biesbosch. De afstand van de wandeling is circa 3 tot 4KM en iedere keer staat er weer een ander thema centraal. Tussendoor doen we een aantal opdrachten die in het verlengde liggen van het thema. Er is ruimte om persoonlijke ervaringen of inzichten te delen, we gaan echter niet uitgebreid met elkaar in gesprek.

### **Waarom zou ik gaan?**

Door te wandelen in de prachtige natuur en met gelijkgestemden, zul je een fijne energie ervaren. We starten met een landingsoefening om even aan te komen in het moment en gaan daarna in stilte wandelen. HSP voelen zich vaak enorm verbonden met de natuur. Door de stilte, de mooie omgeving en het buiten zijn, zul je op een prettige manier ontspannen en de verbinding met jezelf versterken.

### **Wat is de locatie?**

Biesbosch Dordrecht (exacte locatie volgt na aanmelding).

### **Wat zijn de kosten?**

De kosten bedragen €20 euro en dat is inclusief thee en iets lekkers

### **Moet ik me vooraf aanmelden?**

Ja, i.v.m. voorbereidingen en om te voorkomen dat de groep niet te groot wordt is aanmelden noodzakelijk.

### **Hoe kan ik me aanmelden?**

Stuur een bericht via het contactformulier: <https://www.coachingspraktijk-besuare.nl/contact>

### **Wat als het slecht weer is?**

Een drupje regen geeft een extra dimensie aan de wandeling, maar mocht het weer echt te slecht zijn dan zal de wandeling worden verplaatst. Hou het weerbericht goed in de gaten en pas je kleding & schoenen hier op aan.

### **Is er een toilet aanwezig?**

Er is geen toilet aanwezig, dus hou hier vooraf rekening mee.

### **Heb je nog een andere vraag?**

Dan kun je ook contact opnemen via het contactformulier

### **Delen?**

Zijn er personen in jouw omgeving die ook interesse zouden hebben? Voel je vrij om deze info met hen te delen.