

Rots & Water-groep voor 4-10 jarigen

Rots & Water is een psychofysieke training om:

- Meer zelfvertrouwen te ontwikkelen
- Kwaliteiten te ontdekken
- Gevoelens op een veilige manier te uiten
- Pestkoppen te weerstaan
- Storende prikkels te negeren
- Flexibel en aardig te zijn

Tijdens de Rots & Water training ga je met leeftijdsgenoten aan de slag met oefeningen die je laten voelen hoe sterk je eigenlijk bent en in welke situaties je het beste aan 'rots' (verdedigende houding) of 'water' (meegaande houding) kunt gebruiken. In een groepje kom je 8 keer, 1 uur bij elkaar.

Meer informatie of inhuren van Rots & Water trainer:

T 0648520013 1600 euro
E eva@wijzerinhechting.nl voor 8
W www.wijzerinhechting.nl bijeenkomsten