



Deepening Experience Ibiza

Vijfdaagse training vrouwelijk leiderschap

Een reis in je vrouwelijke natuur als leider

In de Deepening Experience ga je intensief aan de slag met jouw persoonlijk vrouwelijk leiderschap. Je maakt een diepe reis naar wie jij in essentie bent, naar jouw vrouwelijke natuur, naar je unieke waarheid, jouw diepste verlangens. Daarbij onderzoek je wat echt van jou is, en ook datgene wat je bij je draagt, maar waar jij jezelf van zou willen bevrijden. Je kijkt jezelf diep in de spiegel, en weet je gesteund door de veilige bedding van de groep vrouwen met wie je de reis gaat maken. In deze vijfdaagse training passeren alle thema's van vrouwelijk leiderschap de revue: embodiment, empowerment en enlightenment.

Lees meer over mijn visie op **leiderschap** en over mijn **werkwijze** op de website van vrouwelijk-leiderschap.nu

Ga je mee?

20 tot 25 juni 2021

19 tot 25 september 2021

Praktische informatie

We werken in kleine groepen van minimaal 6 en maximaal 8 vrouwen. Dit zorgt voor ruime aandacht voor persoonlijke vragen.

Het programma start op maandag 7.30 uur en eindigt op vrijdag 16.00 uur.

De investering bedraagt € 2495,- excl. BTW. Dit bedrag is inclusief intake via Zoom, locatiekosten en eten en drinken tijdens de trainingsdagen, exclusief overnachtingskosten en reis naar Ibiza en verzekeringen.

Overnachtingskosten voor deze zes nachten op basis van tweepersoonskamer €450,- (prijspeil 2020).

Op Ibiza kun je je laven aan de sensualiteit van de natuur

Op Ibiza verblijven we in een villa met een natuurlijk (geen chloor) zwembad met uitzicht op zee. Deze villa staat in de groene natuur van het noordelijke gedeelte van het super vrouwelijke eiland Ibiza. We bezoeken **verschillende krachtplekken van dit eiland**, waaronder de grot waar de Punische godin Tanit al ver voor de jaartelling werd vereerd om haar vrouwelijke vruchtbaarheid.

Vroegboekprijs voor Ibiza tot 1 maart 2021 € 2295,-

Over de begeleiding



Deze training wordt verzorgd door Floor Molkenboer, ondersteund (op onderdelen) door Mascha den Boer. Mascha zal tevens zorgdragen voor een aantal embodiment-oefeningen zoals yoga. (Je hebt geen ervaring nodig) info <https://www.lotuspraktijk.nl/>
Yoga betekent 'verbinden' in het Sanskriet (oude Indiase taal), het verbinden van je lichaam en je geest. Tijdens het beoefenen van Yoga is er aandacht voor je lichaam, je gevoelens en gedachten. En dat alles er mag zijn, precies zoals het is.

Lees meer over **Floor Molkenboer** op de website van vrouwelijk-leiderschap.nu

Meer informatie of aanmelden?

Wil je meer informatie over deze vijf daagse training vrouwelijk leiderschap? Neem gerust contact met me op en dan onderzoeken we samen of dit programma bij je past. Je kunt mailen naar floor@vrouwelijk-leiderschap.nu. Dan neem ik contact met je op.

Contact

floor@vrouwelijk-leiderschap.nu
+31 (0)644434426

PROGRAMMA

Dag 1 Aankomen op zondag

Als de groep compleet is doen we in de avond een korte kennismaking en introductie op het thema vrouwelijk leiderschap en de drie elementen Embodiment, Empowerment en Enlightenment.

Dag 2, thema Aarde

We starten om 7.30 met embodiment oefeningen in de vorm van yoga op het strand. Na ons ontbijt, starten we met eerste blok wat gaat over lichaamswijsheid. Hoe benut je in jouw leiderschap jouw innerlijke raadgever in je lichaam? Wat is de verbinding met je vrouwenlichaam? Na de lunch maken we een mooie wandeling en gaan we zwemmen in zee.

In de avond is er een blok over vrouwegezondheid.

Dag 3, thema Vuur

Deze ochtend staan we vroeg op om de zon te zien opkomen. We doen een ritueel om de zon te begroeten en daarmee ook met de zon in onszelf, ons eigen vuur te verbinden. Het harte vuur hoe verbonden ben jij daarmee. Hoe zet jij dit vuur in?

Vandaag gaat over bewustwording van de collectieve impens die we bij ons dragen. We bekijken een documentaire. Tijdens een wandeling delen we. Samen eten we op het strand en delen we over sisterhood, zelfzorg en alles wat bovenkomt borrelen. We kijken hoe de zon weer onder gaat in de zee. De cyclus van het vuur in ons maken we rond.

Dag 4, thema Water



We starten deze dag met sensuele yoga. Na ons ontbijt gaan we de natuur in om een symbool te zoeken. Dat gebruiken we in een oefening in tweetallen waar we gebruikmaken van de techniek van opstellingen en voice dialogue.

We gaan uiteraard vandaag weer heerlijk zwemmen en ons laven aan de zee. We doen daar een ritueel genaamd naar Yemaha.

Ook bezoeken we een bijzondere krachtplek, de grot van Tanit. Daar doen we een bekrachtigend en onvergetelijk ritueel.

Dag 5, thema Lucht

Vandaag staat staat het thema lucht. Deze avond eten we aan zee in een idillisch typisch Ibiza restaurantje waar je met je blote voeten in het zand kunt blijven als we aan tafel genieten van overheerlijk visje. We bezoeken Es Vedra en daar zal je een inwijding krijgen in de heilige codes van Sophia. Een onvergetelijke ceremonie waarna je een certificaat krijgt.

Dag 6 vertrek

Deze morgen maken we de plek weer vrij en vertrekken we terug naar huis of naar een andere locatie op het eiland als je langer wilt verblijven.