

Wandel-en-Inspiratie cyclus

Wil jij nieuwe ideeën en energie opdoen?

Door lichamelijk in beweging te komen, zet je ook je hersenen in gang. Met meer zuurstof en een betere doorbloeding ervaar je grotere creativiteit en sneller denken. Mentaris voegt inspiratie, verdieping en beweging samen.



Wandel-en-Inspiratie cyclus

Wil jij in beweging komen, in doen en denken? Inspiratie opdoen? En bij een netwerklunch nieuwe mensen leren kennen? Wandel met ons mee rond de Kralingse Plas, op de vrijdagochtend!

De Inspiratie-Wandeling

Deze Inspiratie-Wandeling maakt deel uit van een cyclus. Elk kwartaal combineren we een Inspiratiesessie met een wandeling van anderhalf uur. We diepen inzichten uit, aan de hand van het gekozen thema. Telkens komt er een ander onderwerp aan bod. De thema's kun je vinden op onze website.

Bij elke Inspiratie-bijeenkomst is er een geselecteerd aantal plaatsen beschikbaar. Je wordt uitgenodigd om een introduc e(e) mee te nemen, waarmee jullie samen verzekerd zijn van een plek tijdens de Inspiratie-Wandeling.

Wat kun je verwachten?

Voordat de wandeling van start gaat, wordt jou aan de hand van een thema, een inzicht aangereikt. Tijdens de interactieve wandeling brengen we diepgang in het thema door het verinnerlijken van inzichten. Geïnspireerd begin je aan de lunch en netwerk je met de andere wandelaars.

De Wandel-en-Inspiratie cyclus

De Wandel-en-Inspiratie cyclus bevat vier bijeenkomsten. Je stapt in wanneer het jou uitkomt en doorloopt  en of m er Inspiratie-momenten. Hierdoor blijf je het hele jaar door actief en stimuleer je je brein en lichaam met de inspiratie-wandelingen.

En nu...? Nieuwsgierig geworden naar deze Inspiratie? Meld je uiterlijk een week van te voren aan via:

margot.thomassen@mentaris.nl.

Wandel-en-Inspiratie dagen

2021: 5 februari, 4 juni, 10 september en 8 oktober
Wanneer je kiest voor een cyclus, bepaal je zelf op welke data je meewandelt.

Voor wie is de Wandel-en-Inspiratie cyclus?

Voor iedereen die graag inspiratie opdoet, in contact komt en in beweging is.

Wat vragen wij van jou?

Een open houding is fijn, net als de nieuwsgierigheid om andere gezichtspunten op te doen. Om zeker te zijn van een plek, nodig je een vriend(in) uit om mee te wandelen als introduc e(e).

Wat krijg je cadeau?

Je mag rekenen op inspiratie, aan de hand van een actueel thema. En een netwerkmoment in goed gezelschap.

Programma

- 10.45 uur ontvangst
- 11.00 uur inspiratie thema
- 11.30 uur start wandeling
- 13.00 uur lunch
- 13.45 uur afronding

Startpunt

MENTARIS
Kortekade 13C
3062 GK Rotterdam

Meer informatie

(010) 212 58 68
<https://mentarisloopbaancoaching.nl/trainingen-en-events/>

Wil je een abonnement op inspiratie?

Wandel-en-Inspiratiecyclus:

Viermaal meedoen;
data naar keuze

 99,- incl. btw (particulier)
 99,- excl. btw (organisaties)

Enkele wandeling

Eenmaal meedoen;
datum naar keuze

 27,50 per keer
 25,00 met knikker-korting
en voor onze vaste wandelaars