

A large sailing ship, possibly a galleon or a similar historical-style vessel, is shown from a low angle on the water. The ship has a dark hull and a tall mast with multiple sails. The water is dark blue with many small, bright reflections of sunlight. The sky is a clear, vibrant blue with a few wispy white clouds near the horizon. The overall mood is serene and majestic.

GATHERING SHARING GIVING

2, 3, 4 EN 5 MEI 2024

• **EEN WADDENREIS OM
'OP VERHAAL TE KOMEN'**

Dichtbij en ver weg
Binnenin mij en Daarbuiten
Dansen de woorden
Beweegt mijn lichaam
Creëren mijn handen
Bezin ik op gedachten
Wordt alles in mij kalm
Open ik mijn hart
Gaan deuren open
Verdraag ik de mist
Een nieuw begin
In mij dichtbij

*Tichteby en fier wei
Binnen yn my en dêrbûten
Dûnsje de wurden
Beweecht myn lichem
Meitsjen myn hannen
Oertink ik myn tinzen
Wurdt alles yn my kalm
Iepen ik myn hert
Gean doarren iepen
nim ik it lykas it komt
In nij begjin
Yn my tichteby*



GATHERiNG

Op verhaal komen in een afwisselend programma op een Klipper, een platbodemschip, die ons op de Waddenzee laat varen en droogvallen. Zeilen zal leidend zijn en de rest van het programma dienend. Zo zullen we werken met verschillende yogavormen op de mat, ruimtelijk werken met stenen in een cirkel, wandelen met dwaallichtjes, vertelsel in een amulet, wensen die waaien in de wind, luisteren als een boeddha, woorden die als water vallen, ontspanning, humor, eten en natuurlijk chocola, heel veel chocola.



SHARiNG

We delen in verhalen, in werken op de boot, in koken met de scheepskok. We delen in geluk, in tranen, delen in kalmte, in humor en genieten samen van Eb en Vloed, het zilte zout van de Waddenzee. De natuur die altijd beschikbaar is, die troost, beschermt, vernietigt, overwoekert, altijd terug komt en geurt.

We delen samen het wonder van lopen op de zeebodem en je verbonden voelen met de sterrenhemel. In de nachten waken we over elkaar met ankerwacht.

BETALING:

Voor deze reis vragen we van jou een financiële bijdrage van 850 euro. Beslis je snel (voor 1 april) dan kunnen we dit terug brengen naar 750 euro.

Dit is veel geld en van dit geld betalen we de Klipper, schipper, scheepsmaat, kok en de boodschappen. We vragen een aanbetaling van 300 euro om de platbodem te kunnen vastleggen. Wil je in termijnen betalen dan kunnen we hier persoonlijke afspraken voor maken.

PLAATS:

We gaan in Kornwerderzand (Afsluitdijk) aan boord van de Klipper (een platbodem) 'de Vriendentrouw'. Ini Goldbach (www.zeilreizen.nu) is onze schipper en Sjoukje Oosterhoff onze scheepsmaat. Elsbeth Kruijf is onze scheepskok die dagelijks weer met andere vrouwen onze vegetarische maaltijden maakt. Zo komt het thema Gathering-Sharing-Giving op alle fronten terug in het programma.



TIJDEN:

Donderdag 2 mei	vertrek 17.00uur	uit Kornwerderzand
Zondag 5 mei	aankomst rond 15.00uur	in Kornwerderzand



ALINE:

T 06-24199789
E info@crystal yoga.nl
A Biskopswei 19,
9213 VM De Wilgen
W www.crystal y.nl

HARRIËTTE:

T 06-20952877
E harriette@centrumvoorverliesenrouw.info
A Earnewarre 13
9263 TB GARYP
W www.centrumvoorverliesenrouw.info



WELKOM

Opgeven kan eenvoudige door Hariëtte of Aline
een mail te sturen:

harriette@centrumvoorverliesenrouw.info &
info@crystal yoga.nl of via momoyoga.com

Of door een berichtje te sturen naar:
06-20952877 of 06-24199789