



WIJ BIEDEN JOU

Sport en spel

Kom uit je hoofd en in je lijf!



| ACTIVERENDE UITDAGINGEN |



Sport en spel is bij ons een belangrijke activiteit.
Dit betekent vooral Bewust Buiten Bewegen en uitgedaagd worden
om het beste uit jezelf te halen.

Bewust Buiten Bewegen

Onze 3 B's dagen je uit om grote hoogtes te beklimmen en in diepe dalen te wandelen. Door ervarend te leren en met vallen en opstaan leer je waar je grenzen liggen. Tijdens dit traject wordt je uitgedaagd om het beste uit jezelf te halen.



Ervarend leren

Je wordt geprikkeld en gestimuleerd om Bewust Buiten te Bewegen. In verschillende outdoor activiteiten zoals hiken, rotsklimmen en surfen leer je technieken kennen die je helpen om in zware tijden je mentale kracht te verruimen.





Activerend & uitdagend

Wij bieden sport en spel om in contact te komen met je jezelf en jouw lichaam. Kom "*uit je hoofd en in je lijf*" door middel van uitdagende 'out of your mind' activiteiten zoals: surfen, bergklimmen, boksen, wandelen en kajakken.

Op deze manier leer jij jouw vaardigheden of talenten ten volle te benutten en je geluksgevoel te vergroten.