

ruimer ademen. vrijer leven

van
13.00 tot
17.00 uur

Zondag 1 november 2015

Lezing en presentatie van het boek:

'ruimer ademen - vrijer leven, op adem
komen met de Methode Van Dixhoorn'.

door Yvonne Esser

Locatie: theater 't Zand, Harmonieplein 4, Maarsssen

Tijd: inloop vanaf 13.00 uur

programma 14.00 - 16.00 uur

afsluitende borrel tot 17.00 uur

Tijdens de inloop, de pauze en de borrel is er
gelegenheid om het boek (à € 17,50) te kopen.

Kaartverkoop via www.tzandmaarsssen.nl
of yvonne.esser59@gmail.com.

Voorverkoop € 10 (incl. 2 consumptiebonnen
en een borrelsnack).

Verkoop aan de zaal € 12,50.



Methode Van Dixhoorn

De Methode Van Dixhoorn is een westerse complete methode voor adem- en spanningsregulatie, die gemakkelijk toepasbaar is en snel resultaat geeft. Het unieke van de methode is dat het alle elementen in zich heeft die je zelf kunt toepassen om je spanning te regelen en ontspannen te ademen, waarbij de instructies aangepast kunnen worden aan jouw unieke toestand.

In de presentatie maak je kennis met de achtergrond van de methode en de effecten die het kan hebben.