

**Huisstijl**  
Beelding, tegels, vloerbedekking, briefpapier, envelopp & meer

**Drukwerk**  
brochures, advertenties, flyers, nieuwsbrieven, folders & meer

**Webdesign**  
Webdesign & e-commerce, Pop-up banners, CMS & Flash, nieuwsbrieven & meer

**maya design**

MAYA DESIGN®  
06-5269752  
info@mayadesign.nl  
www.mayadesign.nl

**IN2MOTION**  
Praktijk voor Wellness & Welzijn  
Je leven in beweging

• Mindfulness meditatie en ontspanning  
• Live coaching en therapie (o.a. J. van der Stoep)  
• Massage en reiki  
• Meditatie, yoga en Tai Chi

M: 0611 264 209  
W: www.in-2-motion.nl  
L: Plaza Sportive (Koramborg) en andere locaties

Het internationale Instituut voor Toepasbare Psychologie voor mens en organisatie

**Bureau Land**  
Sinds 1993

NLP / INLB® Opleidingen, Coach® Leergangen, Systemisch Werk, Master Classes, Coaching

www.bureauand.nl

**ODO Groningen**  
www.odogroningen.nl

Praktijk voor coaching en integratieve therapie

17 maart van 13.30-17.00 (ODO Groningen)  
Opstellingen bij belevenissen en ziekte. Opgave: 5270288  
22 april tussen 13.30 en 17.00 uur ('t Vinkhuys)  
Lezing en kennismakingsbehandelingen.  
www.complementairnetwerk.nl

Toe aan een verfrissende vooraansmaakmak van lichaam en geest!

**Ilse Verloove**  
Natuurgeneeskundige praktijk Ilse Verloove biedt individuele begeleiding op maat bij vastzaken en mildere vormen van reïnging.

www.ilseverloove.nl

**Info-middag**  
NATUURLIJK ALTERNATIEF  
Lezingen/presentaties over alternatieve therapievormen (ook kennismakingsbehandelingen)

Datum: 22 april van 13 tot 17.30 uur  
Locatie: 't Vinkhuys, Diamantlaan 94, Groningen  
Toegang: € 5,- kinderen tot 16 jaar € 2,50  
Informatie: www.complementairnetwerk.nl of 050-5270288

**havingness.nu**

essentieel gereedschap voor spirituele groei

healing reading workshops opleidingen cursussen

Voor meer info & open dagen: www.h-nu.nl

**SPRIT agenda**

GRATIS

Deze agenda voor bewustwording, persoonlijke groei, fysieke en geestelijke gezondheid wordt per seizoen uitgegeven en is gratis verkrijgbaar in Noord-NL.

> MRT

CURSUS

**Spiritueel Samenzingen**  
Data: wo 20.00-22.00 uur  
**Wereldmuziek Samenzingen**  
Data: do van 20.15-22.15 uur  
Open voor allen, iedereen op 1 taalsoort & cultureel milieu. Prijs: € 5

Locatie: Lage der A4 Groningen  
Info: 050-5124650  
www.taomusicandtrees.com

**Dru Yoga & Dru Meditatie**  
Ontspannen en versterkend. Kom in de zachte kracht van je hart.  
Start: 5 mnt (later instromen mag)

Data: ma van 18.00-19.30 uur  
di van 20.00-21.30 uur  
vr van 9.30-11.30 uur

Locatie: Groningen  
Info: www.centrumjeanch.nl

**Volle Maan Meditatie**  
Kundalini Yoga, volle maan meditatie  
www.soulspirit.nl

Data: 8 mnt (elke maand)  
Info: 06-4181238  
info@soulspirit.nl

**Basiscursus inzichtmeditatie**  
o.l.v. Kees Hermerik (8 avonden). Kosten: zie website

Start: 8 mnt  
van 18.15-19.45 uur

Locatie: K. Onnesstraat 71 Groningen  
Info: 050-5276051  
www.vipassana-groningen.nl

**Vipassana Mindfulnessgroep**  
o.l.v. Kees Hermerik (8 avonden). Kosten: zie website

Start: 8 mnt  
van 20.00-21.45 uur

Locatie: K. Onnesstraat 71 Groningen  
Info: 050-5276051  
www.vipassana-groningen.nl

**Mandala tekenen**  
vervolg (4x)  
Start: 9 mnt  
van 9.30-11.30 uur

Locatie: MFC de Wijert PC Hooftlaan 1 Groningen  
Info: 050-5284009  
www.ykeradema.nl

**Intuïtief schilderen**  
Data: do avond  
Info: 0598-795419  
www.praktijkvoorbespeelingen.nl

**Yoga Cursus**  
Voor het weekend lekker ontspannen in een mooie, sfeerrijke ruimte.

Data: elke vr van 14.00-15.30 uur

Locatie: Praktijk Beleaf Radebinnensingel 13 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Vrouwencirkels**  
De cirkel rond Leven & werken in het ritme van de seizoenen

Data: 21 mnt  
Data: 21 mnt (ook met, jun) van 19.30-22.00 uur

Locatie: Sneek  
Info: 06-40287605

> APR

CURSUS

**Spiritueel kinderen**  
Data: ma, di & wo  
Info: 0598-795419  
www.praktijkvoorbespeelingen.nl

**Signature Cell Healing**  
In deze unieke tweedaagse cursus leer ik je een krachtige heling methode via de pijnpaakjes.

Data: 24 en 25 mnt  
Locatie: Groningen  
Info: bookings@lightwave.nl  
www.lightwave.com

**Kundalini Yoga & Meditatie (1,5 uur)**  
Dynamische oefeningen, ademhaling, mantra's, mudra's en meditatie.

Data: elke di van 9.00-10.30 uur

Locatie: Studio Souljoy Kraneweg 32 Groningen  
Info: 06-4181238  
info@soulspirit.nl

**Signature Cell Healing**  
In deze unieke tweedaagse cursus leer ik je een krachtige heling methode via de pijnpaakjes.

Data: 10 en 11 mnt  
Locatie: Castricum  
Info: bookings@lightwave.nl  
www.lightwave.com

**Hatha Yoga wekelijks**  
Zachte en krachtige yoga-oefeningen, effectieve ademhalingstechnieken & specifieke manieren om te ontspannen

Data: woensdagmiddag & donderdagavond

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Yoga /Meditatie /Mantra**  
Kundalini yoga, lange meditatie met mantra / www.soulspirit.nl

Data: 21 mnt  
van 18.30-19.30 uur met levensverhaal van de client

Locatie: Lutherse Kerk Haddingestraat 23 Groningen  
Info: 06-4181238  
info@soulspirit.nl

**Master Class Loopbaancoaching**  
Narratieve methode voor met levensverhaal van de client

Start: 15 mnt  
Locatie: N. Boteringestraat 96 Groningen  
Info: 050-5276051  
info@vipassana-groningen.nl

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

> APR

CURSUS

**'Meditatie & Bewustzijnsontwikkeling'**  
Even time-out voor kinderen. Balans en inspiratie. Kosten: € 195,-  
Door: Hester Stevensen

Exacte data: zie website

Start: 1 apr  
Locatie: Groningen, Norg, Steenberg  
Data: 2 dagen en 5 middagen/avonden  
Info: 06-42741295  
www.stevensen.nl

**Balansopstelling**  
Data: 1 apr  
van 10.00-16.00 uur

Locatie: De Poort Moestastraat 20 Groningen  
Info: www.kunst-en-vlieg.com  
www.ykeradema.nl

**Basiscursus Laar Tarotkaarten spreken...**  
o.l.v. Greetje Limbeck  
Studio Hart voor Taarot  
Leer de taal van de Tarot te begrijpen en ontdek hoe te intuïtie (4 lessen)

Data: 27 feb  
van 21.00-22.00 uur

Locatie: Noorderhaven NZ 57 Groningen  
Info: info@divya.nu  
www.nuzijn.net

**Vitaliteit en Stressmanagement**  
NLP Health techniek, voorkeem Burnout. Kosten: € 395,-  
Data: 30 mnt (ook in apr, mei)

Locatie: Groningen  
Info: info@blissconsulting.nl  
www.blissconsulting.nl

**Signature Cell Healing**  
In deze unieke tweedaagse cursus leer ik je een krachtige heling methode via de pijnpaakjes.

Data: 27 feb  
van 21.00-22.00 uur

Locatie: Noorderhaven NZ 57 Groningen  
Info: bookings@lightwave.nl  
www.lightwave.com

**Hatha Yoga wekelijks**  
Zachte en krachtige yoga-oefeningen, effectieve ademhalingstechnieken & specifieke manieren om te ontspannen

Data: woensdagmiddag & donderdagavond

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Yoga /Meditatie /Mantra**  
Kundalini yoga, lange meditatie met mantra / www.soulspirit.nl

Data: 21 mnt  
van 18.30-19.30 uur met levensverhaal van de client

Locatie: Lutherse Kerk Haddingestraat 23 Groningen  
Info: 06-4181238  
info@soulspirit.nl

**Master Class Loopbaancoaching**  
Narratieve methode voor met levensverhaal van de client

Start: 15 mnt  
Locatie: N. Boteringestraat 96 Groningen  
Info: 050-5276051  
info@vipassana-groningen.nl

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

> MEI

MEDEDELING

**TOUCH OF MATRIX**  
Behandelingen en workshops door Centrum Merlijn

Deze geavanceerde methode kan voor elke klacht worden gebruikt en is gebaseerd op recente ontdekkingen in de kwantum fysica. Een aspect ervan is dat door middel van tijdreizen jouw energie kan worden hersteld in de staat zoals die was voordat een blokkade/trauma ontstond. Herbeleving vindt daarbij niet plaats. Ook geschikt voor eliminatie van oude overtuigingen en hinderlijke relatiepatronen. Voor nadere info, ook omltrent lezingen, zie de website. Wil je meer weten, dan kun je ook bellen met Guus Leidertz.

INFO: 0595-42302  
www.centrummerlijn.nl

**Emotioneel LichaamsWerk**  
Drs. Bijnse Sikma heeft een hersteltraject van enkele jaren ontworpen. Hiervan heeft ze de oorzaken van je klachten, en daarmee de klachten zelf, weg. Vanuit wat de natuur jou aan eigenschappen heeft meegegeven, leer je nieuw authentiek gedrag. Je doorloopt 3 niveaus: basis, vervolg en topgroep. Per seizoen volgt je een blok van 10 avonden. Telkens beslis je of je in de verder gaat. Geschikt voor mijzelf alle soorten klachten. Meer info: folder, artikel, open avond

INFO: b.sikma@kpnplanet.nl

**Basiscursus Laar Tarotkaarten spreken...**  
o.l.v. Greetje Limbeck  
Studio Hart voor Taarot  
Leer de taal van de Tarot te begrijpen en ontdek hoe te intuïtie (4 lessen)

Data: 27 feb  
van 21.00-22.00 uur

Locatie: Noorderhaven NZ 57 Groningen  
Info: info@divya.nu  
www.nuzijn.net

**Vitaliteit en Stressmanagement**  
NLP Health techniek, voorkeem Burnout. Kosten: € 395,-  
Data: 30 mnt (ook in apr, mei)

Locatie: Groningen  
Info: info@blissconsulting.nl  
www.blissconsulting.nl

**Signature Cell Healing**  
In deze unieke tweedaagse cursus leer ik je een krachtige heling methode via de pijnpaakjes.

Data: 27 feb  
van 21.00-22.00 uur

Locatie: Noorderhaven NZ 57 Groningen  
Info: bookings@lightwave.nl  
www.lightwave.com

**Hatha Yoga wekelijks**  
Zachte en krachtige yoga-oefeningen, effectieve ademhalingstechnieken & specifieke manieren om te ontspannen

Data: woensdagmiddag & donderdagavond

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Yoga /Meditatie /Mantra**  
Kundalini yoga, lange meditatie met mantra / www.soulspirit.nl

Data: 21 mnt  
van 18.30-19.30 uur met levensverhaal van de client

Locatie: Lutherse Kerk Haddingestraat 23 Groningen  
Info: 06-4181238  
info@soulspirit.nl

**Master Class Loopbaancoaching**  
Narratieve methode voor met levensverhaal van de client

Start: 15 mnt  
Locatie: N. Boteringestraat 96 Groningen  
Info: 050-5276051  
info@vipassana-groningen.nl

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

> MEI

CURSUS

**Zingen en Creatief Muziseren in Drenthe**  
'Let Your Music Flow' en 'Klankscherming'  
Data: 2, 4, 4, 5 & 6 mei

Locatie: in de natuur Uelenspieghel  
Info: 050-5124650  
www.taomusicandtrees.com

**Dru Yoga & Dru Meditatie**  
Ontspannen en versterkend. Kom in de zachte kracht van je hart. Instromen mag.

Data: 7 mnt  
van 18.00-19.30 uur  
van 20.00-21.30 uur

Locatie: Groningen  
Info: www.centrumdeanch.nl

**YOGA Proeflessen**  
Grang van tevoren aanmelden  
Data: 7, 8, 9 en 11 mei  
van 19.00-20.00 uur

Locatie: YogaCentrum Maria Hartog Rabenhuutstr 9 Groningen  
Info: 050-5276482  
www.mariahartog.nl

**Basiscursus o.l.v. Vera Wallis de Vries**  
5 lessen  
Data: 8 mei  
van 18.15-19.45 uur

Locatie: K. Onnesstraat 71 Groningen  
Info: 050-5276051  
www.vipassana-groningen.nl

**Kleuren meditatie (4x)**  
meditatie tekent en schilderen  
Start: 8 mei  
van 19.45-21.45 uur

Locatie: De Poort Moestastraat 20 Groningen  
Info: 050-5284009  
www.ykeradema.nl

**Hatha Yoga wekelijks**  
Zachte en krachtige yoga-oefeningen, effectieve ademhalingstechnieken & specifieke manieren om te ontspannen

Data: wo om 15.45 uur & do om 19.30 uur

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Intuïtief schilderen**  
Data: do avond  
Info: 0598-795419  
www.praktijkvoorbespeelingen.nl

**Yoga Cursus**  
Voor het weekend lekker ontspannen in een mooie, sfeerrijke ruimte.

Data: elke vr van 14.00-15.30 uur

Locatie: Praktijk Beleaf Radebinnensingel 13 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

> MEI

MEDEDELING

**TAI JI WAIEER enzo I**  
Dit voorjaar wordt opnieuw een workshop Tai Ji Waieer in het Noorderplantsoen georganiseerd.  
Voor wie de Vereenvoudigde Yijng-jij 24-vorm wil leren. Gaip je kan mediteren in de Ook komt er een 4-daagse workshop in de maand mei op een mooie locatie. Wie weet wat er nog meer gebeurd...  
Data: 20 mei  
van 20.00-22.00 uur

Locatie: De Poort Moestastraat 20 Groningen  
Info: 050-5712624  
www.centrumdepoort.nl

**YOGA bij YogaCentrum Maria Hartog**  
Start in de week van 14 mei  
Locatie: Rabenhuutstr 9 Groningen  
Info: 050-5276482  
www.mariahartog.nl

**Basiscursus o.l.v. Vera Wallis de Vries**  
5 lessen  
Data: 8 mei  
van 18.15-19.45 uur

Locatie: K. Onnesstraat 71 Groningen  
Info: 050-5276051  
www.vipassana-groningen.nl

**Kleuren meditatie (4x)**  
meditatie tekent en schilderen  
Start: 8 mei  
van 19.45-21.45 uur

Locatie: De Poort Moestastraat 20 Groningen  
Info: 050-5284009  
www.ykeradema.nl

**Hatha Yoga wekelijks**  
Zachte en krachtige yoga-oefeningen, effectieve ademhalingstechnieken & specifieke manieren om te ontspannen

Data: wo om 15.45 uur & do om 19.30 uur

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Intuïtief schilderen**  
Data: do avond  
Info: 0598-795419  
www.praktijkvoorbespeelingen.nl

**Yoga Cursus**  
Voor het weekend lekker ontspannen in een mooie, sfeerrijke ruimte.

Data: elke vr van 14.00-15.30 uur

Locatie: Praktijk Beleaf Radebinnensingel 13 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Master Class Loopbaancoaching**  
Narratieve methode voor met levensverhaal van de client

Start: 15 mnt  
Locatie: N. Boteringestraat 96 Groningen  
Info: 050-5276051  
info@vipassana-groningen.nl

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

>>> VOORUITBLIK

CURSUS

**Coachen met het Enneagram**  
Ontdek je essenties en vind diepere wijsheid. Lm, Leo Costello, Enneagram expert. Kosten: € 395,-

Data: 1, 8, 15 & 22 jun  
Locatie: Groningen  
Info: info@blissconsulting.nl  
www.blissconsulting.nl

**ZOMER YOGA ELKE DONDERDAGAVOND**  
Bijlage: €50 voor de zomerkaart  
Start: 7 jun  
Data: do van 19.30-20.30 uur

Locatie: Kraneweg 32 Groningen  
Info: www.mayayoga.nl

**Oplossingsgericht Coachen met NLP**  
Voor: Coaches, hulpverleners, (para) medic, managers o.a. Kosten: € 395,-

Data: 10, 11, 12 & 29 jun  
Locatie: Groningen  
Info: info@blissconsulting.nl  
www.blissconsulting.nl

**Tao vakantie weken**  
Tao van Kracht, Creatie en Genieten, Energetic & Barrio Hotel.  
Data: 3-11 aug in Zwitserland De Vrugte van Samenzingen & Tai Chi.  
Data: 12-18 aug in Frankrijk  
Info: 050-3124650  
www.taomusicandtrees.com

**Spirituele Schilderweek**  
in Frankrijk  
Data: 4-11 aug  
Locatie: Frankrijk  
Info: 0598-795419  
www.praktijkvoorbespeelingen.nl

**Praktijk Zingeving als helende kracht**

Leven in liefdevolle aandacht in alle omstandigheden

Marijke Holt  
tel: 06-55382202 of 050-5268777  
www.zingevingalshelende kracht.nl

**Elles Valk, Psychosociaal werker en Ruimtebouwer**  
ik begeleidt bij r u i m t e schippen en een plek geven aan verlieservaringen, verhuizingen, opruimen en herzien van de leefomgeving. ik bid praktische en psychosociale hulp.

INFO: 06-24277297  
050-3642576  
elles.valk@gmail.com

**Psychosociale therapie en familieopstellingen**

Individueel op afspraak en maandelijks een groep

www.richardbraun.eu  
Groningen - Appeltahe 06 - 223 58 58 9

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

LENTEN 2012

**Meditatie Inspiratie**  
Nieuwe cursus in Groningen  
Roden/Norg/Steenberg/Assen

Hartzen Stevensen  
06-4181238  
06-4181238

**Workshop Trancedans & sjamanisme**  
Data: 16-18 maart om 19.00 uur  
Locatie: Boerderij Walsamwaer, Kantens in Noord-Groningen.  
Info: www.heartbeat-dans.nl

**Workshop 'Het stellen van grenzen' voor hooggevoelige mensen**  
Data: 24 maart van: 10.00-16.30 uur  
Locatie: Aan 1 zandpad, Hoge Herenweg 27 in Glimmen  
Info: www.opdreeflocatie.nl

**ZIEInzicht. Ga o.m.v. trance naar je Teven tussen levenden. Ervaar je ZIE!**  
Gevoel, zijn, weten, rit, inspiratie. Locatie: Vismark 34A in Groningen. Info: www.robbiegers.nl

**mayadesign**

**ZEON**  
Jezelf écht leren kennen  
Asseritvleedstraining - Emotietraining Mindfulnessstraining  
Mindempitness workshop  
Individuele, Relatie & Groeps therapie

Gratis informatie! [info@mayayoga.nl](mailto:info@mayayoga.nl)  
050 - 535 25 30 [www.praktijkzeon.nl](http://www.praktijkzeon.nl)  
Oms adres: Kerkerstraat 48 9743CK Groningen

**Praktijk voor Zelfontplooiing en Ontspanning**

**Spirituele Praktijk Helena**  
Praktijk voor:  
Reiki, Stoelshiatsu, Voetreflex, Tarot, Meditatie en Massage

058-5800274 of 06-14410903  
www.helenazpiritueel.nl [info@helenazpiritueel.nl](mailto:info@helenazpiritueel.nl)

**Psychosociale therapie en familieopstellingen**

Individueel op afspraak en maandelijks een groep

www.richardbraun.eu  
Groningen - Appeltahe 06 - 223 58 58 9

**Elles Valk, Psychosociaal werker en Ruimtebouwer**  
ik begeleidt bij r u i m t e schippen en een plek geven aan verlieservaringen, verhuizingen, opruimen en herzien van de leefomgeving. ik bid praktische en psychosociale hulp.

INFO: 06-24277297  
050-3642576  
elles.valk@gmail.com

**YOGA RETRAIT VLAKBIJ MALAGA**  
20-27 oktober 2012

- Kleine groep, max 12 pers. 7x per dag yogas.
- Appartementen 14 d pers. Incl. ontbijt en diner.
- Met zwembad, sportschool faciliteiten.
- Vakbij de zee, Norg, Sierra Nevada, 50 km. Granada.
- All-in € 500,- incl. transfer vliegveld en busriten & excl. vchd.

Myrriene Jordaan, M: 06-40706664  
www.yoga-roden.nl

**www.spiritagenda.com**