

Onze basis

Elk Kintsugi Moment heeft een eigen sfeer en thema, maar een aantal elementen vormen de basis:

Vertragen

Even weg uit de dagelijkse drukte en ruimte maken in je hoofd.

Verbinden

Bewust tijd maken voor elkaar en voor de momenten die ertoe doen.

Ontspannen

Met mindfulness, ademhaling, meditatie, rustige beweging en lichaamsgerichte oefeningen.

Bewustworden

Stilstaan bij wat je voelt, nodig hebt en misschien wilt veranderen.

Genieten

Van thee, iets lekkers, mooie gesprekken en kleine momenten die je bijblijven.



WAT IS EEN KINTSUGI MOMENT?

Een Kintsugi Moment is een kleinschalige ervaring waarin je even uit de dagelijkse drukte stapt.

Het is een uitnodiging om te vertragen.

Om even uit je hoofd te komen.

Om te voelen wat je nodig hebt.

Om bewust tijd te maken voor jezelf én voor elkaar.

Je kunt een moment voor jezelf boeken, samen met vriendinnen ontspannen of een bijzondere gelegenheid op een betekenisvolle manier vieren.

Maak van een babyshower, vrijgezellenfeest, verjaardag of vriendinnenmoment een bijzondere herinnering.

Kintsugi Moments draait om aandacht, verbinding en genieten.

KINTSUGI MOMENTS

Een moment om te vertragen,
te verbinden & te genieten.



Soms heb je niet méér nodig. Maar juist even minder.

Jullie kiezen de dag. Jullie kiezen de plek.

Bij Kintsugi Coaching óf op jullie eigen favoriete locatie.

Ik zorg voor het moment.

KINTSUGI MOMENTS

Samen vertragen, verbinden & genieten.

GIRLS RELAX EXPERIENCE

Een middag helemaal voor jullie.
Even weg van de drukte en tijd voor elkaar.
Een ontspannen girls afternoon met aandacht, verbinding en gezelligheid.

Jullie beleven:

- Mindfulness & bewust aankomen
- Begeleide ontspanning & ademhaling
- Leuke oefeningen rondom jullie vriendschap
- Thee & iets lekkers
- Een fijn afsluitmoment

2 uur | €49 p.p.

BIRTHDAY MOMENT

Samen ontspannen, genieten en de jarige écht in het middelpunt zetten.

Jullie beleven:

- Feestelijke ontvangst
- Mindfulness & ontspanning
- Een persoonlijke oefening voor de jarige
- Een moment van dankbaarheid & vooruitkijken
- Mooie woorden en wensen van vriendinnen
- Thee & iets lekkers
- Een klein afsluitritueel

2,5 uur | €59 p.p.

MOMENTS VOOR SAMEN

MAMA TO BE

Een moment voor de mama-to-be.
Een babyshower met nét iets meer aandacht.
Samen ontspannen, verbinden en stilstaan bij deze bijzondere nieuwe levensfase.

Jullie beleven:

- Ontvangst met thee & iets lekkers
- Ademhalingsoefening & ontspanning
- Oefening rondom de zwangerschap & moederschap
- Persoonlijke wensen en boodschappen voor de mama-to-be
- Liefdevolle afsluiting

2 uur | €49 p.p.

BRIDE TO BE

Slow down before the celebration voor de bride-to-be en haar vriendinnen.
Eerst samen landen, genieten en verbinden daarna kan het feest beginnen.

Jullie beleven:

- Alcoholvrije welkomstdrink
- Mindfulness & ontspanning
- Een gezellige groepsactiviteit
- Een persoonlijk moment voor de bride-to-be
- Korte visualisatie van haar nieuwe levensfase
- Mooie wensen van haar vriendinnen



PRIVATE KINTSUGI EXPERIENCE

Jullie moment. Jullie wensen.

Een volledig eigen Kintsugi Moment, afgestemd op jullie groep en gelegenheid.

3 uur | vanaf €395 t/m 8 personen

Extra persoon | €45 p.p.

Van vriendinnenmiddag tot babyshower, verjaardag of vrijgezellenfeest.

www.kintsugicoaching.nl