

Spanjereis: Creativiteit als Hulpbron voor coaches

Een heerlijke en inspirerende training in Spanje waarin je leert creatieve werkvormen in te zetten in je werk als (aankomend) coach. In de prachtig wilde omgeving van het Montsant gebergte in Catalonië ga je spelen, oefenen en experimenteren met creatieve en beeldende technieken en materialen. Je doet dit zowel individueel als samen met je medereizigers. Je gaat opgeladen en geïnspireerd naar huis met een schat aan direct inzetbare creatieve werkvormen en een door jou zelf ontwikkelde workshop of oefening.

En het is:

Een week voor jezelf. Om je dagelijkse bezigheden los te laten en je mee te laten nemen naar een schitterende locatie, midden in de ongerepte natuur van Catalonië. Enerzijds weet je waarvoor je deze reis gaat maken, anderzijds wil je jezelf laten verrassen door het moment zelf. Het intensief met elkaar leven en leren op basis van gelijkwaardigheid zorgt voor een verdieping op persoonlijk- en professioneel niveau. Hier kunnen zeer waardevolle verbindingen voor de toekomst uit ontstaan.

Tijdens de Spanjereis leer je:

- ✓ contact te maken met jouw creatieve bron en uiting en vorm te geven aan je eigenheid als begeleider.
- ✓ oefenen met creatieve werkvormen als tekenen, fotograferen, schrijven en creatief mediteren als bronnen van bewustwording.
- ✓ hoe je creatieve werkvormen en oefeningen kan inzetten in de praktijk
- ✓ zelf een creatieve workshop/oefening ontwikkelen en uitvoeren die je daarna kan gebruiken in je werk

Bijvangst:

- ✓ je laadt je accu op en komt uitgerust, gebruikt en vol energie weer terug
- ✓ je legt waardevolle contacten voor de toekomst

Spanje

We verblijven 6 dagen in een sfeervolle oude boerderij "Mas Fullat" op de flanken van het Montsant (de heilige berg) gebergte in Catalonië. We maken wandelingen en excursies naar eeuwenoude bergdorpjes en de Romeinse stad Tarragona. We gebruiken de natuur en cultuur als inspiratiebron.

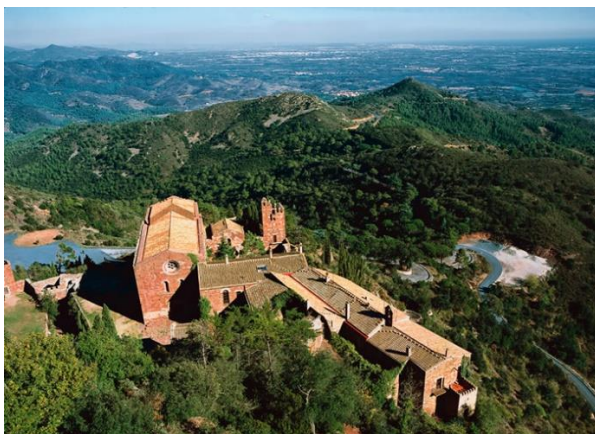


Reisdata: 13-19 oktober 2017

Kosten: 1150 euro (ex 150 euro BTW) inclusief verblijf op basis van twee persoons-kamers, maaltijden, materialen, gezamenlijk gebruik van auto en excursies. Verblijf in een 1 persoons kamer is met een extra toeslag (250 euro) ook mogelijk. De Mas ligt op een groot terrein met tuin, bos, boomgaarden en een zwembad. Kosten vlucht ongeveer 160 euro.

Meer info en aanmelden:

<http://www.commundocoaching.nl/leiderschapsreizen/spanjereis-creativiteit-coaches/>



Programma en praktisch

Dag 1 – 13 oktober

- 11.00 uur verzamelen op luchthaven Eindhoven
- Vlucht Ryanair Eindhoven-Reus: 12.15- 14.30
- Aankomst, ophalen auto, ongeveer 30 min rijden naar Alforja
- Installeren in Mas Fullat, opruimen
- Gezamenlijk aankomen
- Diner
- 19.30 – 21.30 uur: programma

Dag 2 – 14 oktober

- Ontbijt tot 9.00 uur
- 9.30 – 12.00 uur: programma
- Lunch onderweg
- Middagprogramma: wandeling bij Siurana plus stadje bekijken plus oefeningen
- Maaltijd
- Geen avondprogramma

Dag 3 – 15 oktober

- Ontbijt tot 9.00 uur
- 9.30 opening van de dag
- 10.00 – 12.00 uur: programma bij Eremita San Jordi
- Lunch plus wandeling
- 15.00-17.00 uur middagprogramma
- BBQ
- Geen avondprogramma

Dag 4 – 16 oktober

- Ontbijt tot 9.00 uur in stilte
- 9.30 opening van de dag
- 10.00 – vertrek naar strand bij de stad Tarragona, uitleg opdracht van deze dag en kleine wandeling
- Lunch aan de kust
- Bezoek Tarragona
- Broodmaaltijd
- 19.00 – 20.30 uur: uitwisseling opdracht

Dag 5 – 17 oktober

- Ontbijt tot 9.00
- 9.30 opening van de dag
- 10.00 – 12.00 uur: programma
- Lunch in huis
- 14.00-16.30: programma
- Diner
- Geen programma

Dag 6 – 18 oktober

- Ontbijt tot 9.30
- 9.30 – 11.30 uur: programma
- Lunch buiten de deur
- 14.30-16.30: programma
- Maaltijd
- 19.30-21.30: programma evaluatie

Dag 7 – 19 oktober

- 9.00 vertrek
- 10.30 vlucht Ryan Air Reus-Eindhoven
- 12.30 aankomst

Vlucht

Je mag bij Ryanair 10 kilo handbagage meenemen in ene kleine koffer en nog een kleine handtas. Heb je meer bagage dan kan je die tegen bijbetaling bijboeken. De kosten hiervan zijn voor 15 kilo rond de 40 euro per enkele reis.

De kosten van het ticket zijn niet inbegrepen in de prijs en bedragen 80 tot 150 euro. Wij doen de boeking voor jou. Als je wil dan kan je natuurlijk langer blijven. Als je dat aan ons doorgeeft bij boeking dan zorgen wij ervoor dat je op een latere datum terugvliegt.

Verblijf

We verblijven in een prachtige, sfeervol ingerichte oude boerderij oftewel Masia; Mas Fullat genaamd. Rondom het huis is veel ruimte, een grasveld, bosje en zwembad. In het huis zijn o.a. 4 slaapkamers met eigen badkamer. De kamers zijn 2 of 3 persoons (los bed). Tegen bijbetaling van 250 euro kan je een 1 persoonskamer boeken. Handdoeken en bedlinnen zijn aanwezig.

Eten en drinken

We ontbijten en dineren in het huis. Daarbij gaan wij ervanuit dat iedereen een handje meehelpt in de keuken. Je mag meehelpen met koken of BBQén. Er is een budget van 20 euro per dag per persoon voor eten en drinken. De "pot" hiervoor wordt door de begeleiding bijgehouden. We gaan een paar keer uit lunchen in typische Catalaanse gelegenheden waar je voor 15 euro een heerlijk menu kan genieten. De kosten hiervoor zijn niet inbegrepen in de prijs tenzij het budget hiervoor nog mogelijkheden biedt.

Uiteraard houden we rekening met diëten en wensen op eetgebied.

De streek staat bekend om de heerlijke wereldberoemde Priorat wijn, waar we een paar flessen van zullen inkopen om te proeven.

Kleding en klimaat

Het weer in Catalonië is heerlijk in die tijd: 18-25 graden. We adviseren dus zomerkleding, wandelkleding en zwemkleding. Omdat we in de bergen zitten is het vaak ietsje koeler, neem daarom een fleece of windjack mee. Qua schoeisel vragen wij je om stevige wandelschoenen mee te nemen. Het zwembad is gevuld dus daar kan je een heerlijke duik in nemen.

Paspoort en geld

Om te vliegen heb je een geldig ID of paspoort nodig. In Spanje kan je overal pinnen.

Taal

De begeleiding spreekt Spaans. Verder wordt er in de dorpen weinig Engels gesproken maar we komen er wel uit.

Vervoer

We hebben een eigen auto(s) voor vervoer naar de wandelgebieden. De begeleiders zullen rijden.