

# INSPIRATUUR

voor uw natuurbelevingen

Inspiratuur helpt vrouwen tussen 40 en 65 jaar, in een straal van 50 km rond Waalwijk, die op zoek zijn naar gezondheid, gezelligheid en ontspanning in de natuur.

---



Ben jij:

- ✓ op zoek naar een buitenactiviteit voor jezelf of een groep?
- ✓ druk met het combineren van werk, gezin en familie, vrienden?
- ✓ op zoek naar een actief uitje met je collega's, (klein-)kinderen of vriendinnen?
- ✓ er aan toe je conditie te verbeteren en je fit en energiek te voelen?
- ✓ af en toe alleen en wil je meer sociale contacten?
- ✓ momenteel niet zo fit of heb je klachten waardoor sporten lastig is?
- ✓ overspannen en wil je eens lekker je hoofd leegmaken?
- ✓ regelmatig alleen als je partner zijn hobby beoefent?

Neem dan contact met mij op. Je kunt mij inhuren voor een speciale activiteit met je eigen gezelschap, maar je kunt ook individueel meedoen op door mij georganiseerde activiteiten.

- verbeter je leefstijl en conditie en voel je energieker, fitter
- ga gemakkelijker om met je lichamelijke en psychische klachten
- kom uitwaaien en even je zorgen opzij zetten
- je ontmoet nieuwe mensen
- en je doet kennis op over de natuur in je omgeving
- je ontspant en geniet met volle teugen in de natuur.

Ik kijk er naar uit je te ontmoeten bij één van mijn activiteiten!

Karin Verbeek  
Waalwijk  
[www.inspiratuur.nl](http://www.inspiratuur.nl)  
[info@inspiratuur.nl](mailto:info@inspiratuur.nl)  
06-55533313