



vzw Lymfklierkanker Vereniging Vlaanderen

**Lotgenotengroep Hodgkin- en non-Hodgkinlymfomen**

Ondernemingsnummer: 0656.940.121

Info.lymfklierkanker@gmail.com

www.lymfklierkanker.be

## Gezonde Geest-Kracht

### Wat?

We weten allemaal dat als we bepaalde fysieke prestaties willen neerzetten, we ook bereid moeten zijn om ons lichaam hiervoor te trainen. Wil je bredere schouders? Tja, dan zal je ook oefeningen moeten doen om die spieren te versterken. Waar veel mensen zich minder bewust van zijn is dat we ook mentale spieren hebben! Zijn jouw mentale spieren goed getraind zodat je beschikt over een portie gezonde Geest-Kracht? Of zijn bepaalde spieren overontwikkeld, worden andere niet of niet correct gebruikt, waardoor jouw Geestkracht je momenteel eerder negatief beïnvloedt? Ben je nieuwsgierig over welke mentale spieren we beschikken én hoe jij Gezonde Geest-Kracht kan ontwikkelen en behouden? Aarzel niet en kom naar deze boeiende sessie.

### Wanneer?

24/11/2018 om 10 uur

Samenkomst: vanaf 9u30 (let op de LVV-vlag)

Pauze voorzien (20') met drankje en versnapering

Einde sessie: 12u30, met mogelijkheid tot een drankje nadien

### Waar?

Provinciehuis Leuven, Provincieplein 1, 3010 Leuven

### Coach:

Annick Gunst, lotgenote (Hodgkin 4A), eigenaar van GA voor Grace.

### Prijs?

Leden: € 3 p.p.

Niet-leden: € 5 p.p.

### Inschrijven

Vooraf inschrijven is verplicht en gebeurt voor elke deelnemer apart, ofwel via het inschrijvingsformulier op de homepagina van onze website [www.lymfklierkanker.be](http://www.lymfklierkanker.be) ofwel telefonisch via het nummer 0478/25 98 30 (contact: Annick Gunst). De deelname wordt pas aanvaard na storting op onze rekening:

BE72 7765 9212 8416 BIC: GKCCBEBB met vermelding van de referte "Gez geestkracht + naam van de deelnemer".

### Wegbeschrijving

#### ♦ Met de auto:

GPS: voer als straatnaam "Tiensevest" in (en niet Provincieplein 1).

#### ♦ Met het openbaar vervoer:

Op wandelafstand van het station van Leuven.