

# FIETSEXPEDITIE FRANSE ALPEN

zondag 25 juni t/m zaterdag 1 juli 2023, Oz en Oisans

## Coaches



**Ruben Wesdorp**

Altijd op zoek naar beweging en diepgang

06-28789603

info@oppadmetruben.nl



**Karin Boekhoudt**

Oordeelloos nieuwsgierig naar daar waar ruimte kan ontstaan

06-37422595

karin@inmens.net

## Wil jij beter je eigen koers bepalen?

Spreekt de combinatie van fietsen in de bergen en persoonlijke ontwikkeling je aan, dan is deze fietsexpeditie iets voor jou!

Door een goede mix van beweging en coaching krijg je meer inzicht in jouw natuurlijke manier van zijn. Je ontdekt wat jouw talent is en hoe je die (meer) kunt inzetten. Je leert weerstand ervaren én erop meebewegen. Zodat je letterlijk en figuurlijk steviger in je zadel zit en beter je koers kunt bepalen en houden.

Een week vol inspanning én ontspanning waarin je op een praktische, positieve en diepgaande manier aan je eigen doelen werkt. Het fietsen wordt per sessie opgebouwd met als sluitstuk de beklimming van de Alpe d'Huez.



**Ga mee op avontuur!**

[www.oppadmetruben.nl/expedities](http://www.oppadmetruben.nl/expedities)