



DE DOORBRAAK

experience



DE DOORBRAAK EXPERIENCE. De naam zegt het al, het is écht een ervaring. Het is een ervaring die speciaal gecreëerd is voor mensen die een nieuwe richting in het leven zoeken. Dat kan op allerlei vlakken zijn - relatie, werk, gezondheid, eigenlijk op alle levensthema's. Zeker als je in een crisis zit zoals een burn-out, een scheiding, een faillissement of ontslag kan dat behoorlijk indrukwekkend zijn en je soms teveel worden.

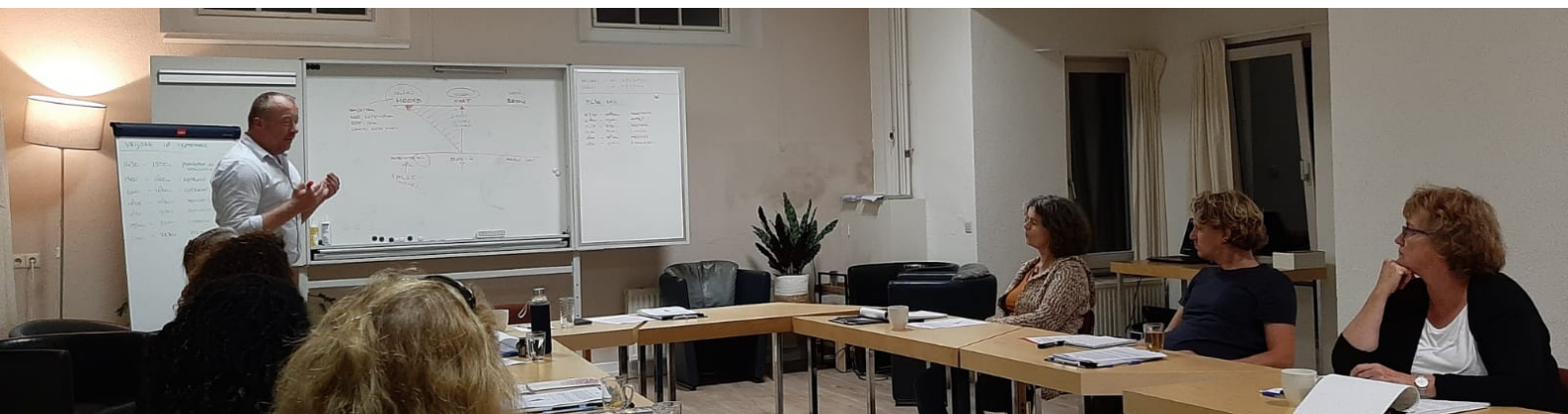
Tijdens de Doorbraak Experience heb je de tijd, ruimte en rust om op zoek te gaan naar antwoorden. Op een unieke locatie ga je met een kleine groep van maximaal tien gelijkgestemden op een heel andere manier naar jouw eigen leven kijken. Aan de hand van twaalf levensvragen en onder begeleiding van twee ervaren coaches vindt jij de antwoorden die je op dat moment nodig hebt.

HET DOEL van de Doorbraak Experience: je vindt de antwoorden die je op dat moment in je leven nodig hebt!



WAAROM DOORBRAAKCOACHING?

Veel mensen zijn zich onbewust van hun gedrag en weten niet (meer) wie ze werkelijk zijn. De meeste problemen in ons leven worden dan ook veroorzaakt doordat we ons onbewust teveel aanpassen en te weinig echt onszelf zijn. Die disbalans uit zich op een gegeven moment in het leven door relatieproblemen, burn-out, problemen op het werk, depressie of zelfs door ziekte of PTSS. De coaching is erop gericht de balans te herstellen in de dingen die je doet en wie je werkelijk bent. We maken hierbij gebruik van de doorbraakmethodiek. Dit is een unieke methodiek die snel en doeltreffend de oorsprong, de gevolgen en de kenmerken van jouw disbalans bloot legt.



DE METHODIEK

De doorbraakmethodiek is een unieke mix is van psychologie, spiritualiteit en NLP (neuro linguïstisch programmeren). We maken een reis door jouw leven. Hoe is jouw leven tot dusver verlopen? Wat zijn de belangrijke kruispunten op jouw levenspad geweest en hoe heb je op die momenten gereageerd? We leggen de verbanden en duiden de stappen die je hebt gezet. We leggen samen bloot wat jouw patronen zijn en waar ze vandaan komen. Door stap voor stap door jouw leven te gaan, vindt je de antwoorden die op dat moment nodig hebt.

DE LOCATIE

Hoewel de locatie van de Doorbraak Experience heel rustig is en omgeven door natuur, is het programma van de Experience best intensief. Er wordt mentaal echt wat van je gevraagd. In het weekeinde krijg je de mogelijkheid, ruimte en begeleiding om goed stil te staan bij de belangrijkste levensvragen. Wie ben je? Wat kom je hier doen? Wat heb je nú in je leven te veranderen?



De hele Doorbraak Experience is op en rond het Emmausklooster in Velp (nabij Grave). Dit is het oudste Kapucijnenklooster van Nederland (1645) en is uitgeroepen tot het stilste plekje, met de mooiste kapel en met de mooiste kloostertuin van Nederland. Als hét pelgrimsklooster van Nederland biedt het Emmausklooster o.a. onderdak aan pelgrims van de Camino de Santiago.

Het klooster wordt niet meer bewoond door Paters, maar doet nu dienst als spiritueel retraitecentrum. Het is dé ideale plek om in alle rust, midden in de natuur en in frisse energie de weg naar binnen te maken. Je slaapt twee nachten op je eigen kamer, we eten in een prachtige gezamenlijke eetzaal en er is genoeg tijd om te wandelen en mediteren als je daar behoefte aan hebt.

Het adres: Basilius van Bruggelaan 45363 VA Velp (Noord-Brabant)

In 2021 zal er vier keer een Doorbraak Experience plaatsvinden. De start is altijd op vrijdagochtend en het einde is op zondagmiddag. Dit zijn de weekenden voor 2021:

26, 27 en 28 maart
4, 5 en 6 juni
10, 11 en 12 september
5, 6, en 7 november

Elk weekeinde is er plaats voor maar tien deelnemers. Wees dus op tijd met reserveren!

direct reserveren?

[meer info](#)

[video](#)

mwvanderpols@live.nl



HET PROGRAMMA

VRIJDAG

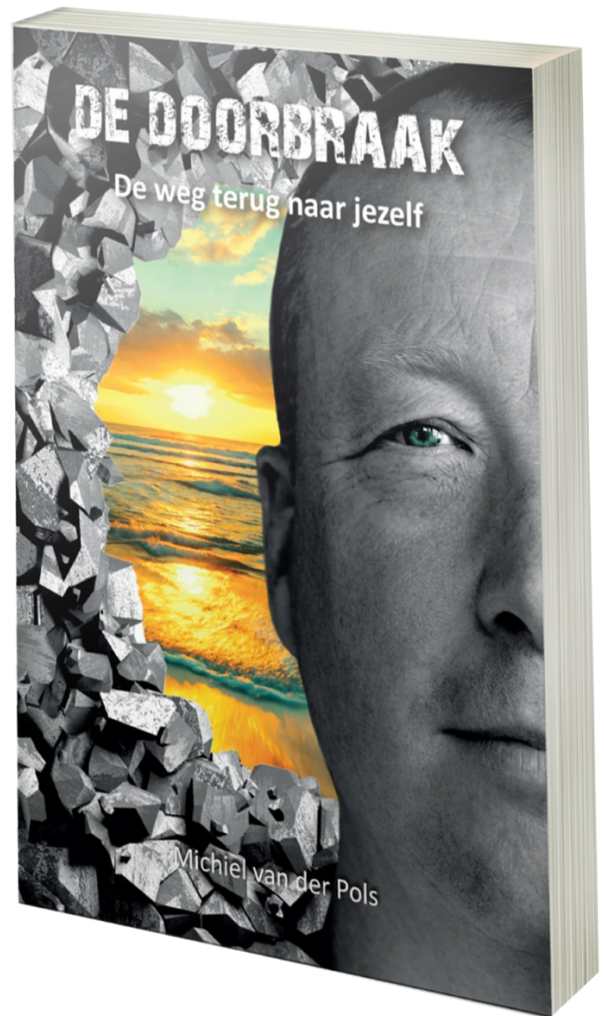
Binnenkomst 10:00 uur
Kennismaking met de groep
Opdracht 1 - 5
Overnachting

ZATERDAG

Opdracht 6 - 10
Wandeltocht
Kampvuur
Overnachting

ZONDAG

Opdracht 11 - 13
Afsluiting 15:00 uur



Iedereen is in staat de opdrachten te doen. Het zijn vraag-oefeningen die door de coaches goed worden toegelicht en begeleid en die je op eigen tempo en manier mag doen. Je krijgt alle tijd en mogelijkheden om de antwoorden in jezelf te vinden. Door middel van de vraag-oefeningen die je vanuit een nieuw perspectief naar jouw leven laten kijken, krijg je nieuwe inzichten over jezelf en je leven tot dusver. Er zit een heel doordachte opbouw in de vragen. Stap voor stap leg je met de antwoorden op de vragen je eigen levenspuzzel.

Vrijwel alle opdrachten maak je individueel. Ná elke opdracht worden de antwoorden groepsgewijs besproken. Zo leer je van en help je elkaar. Op de derde en laatste dag van de Experience komen al jouw antwoorden bij elkaar en is jouw levenspuzzel compleet. Het zal je de antwoorden geven die je op dat moment nodig hebt.

Gedurende het hele weekeinde is de kloostertuin open en vrij toegankelijk. Elke dag kan je als je wilt meedoen met de drie meditatiemomenten die door het Klooster voorafgaande aan het eten verzorgd worden. Alles staat in het teken van het vinden de kennis en wijsheid in jezelf.

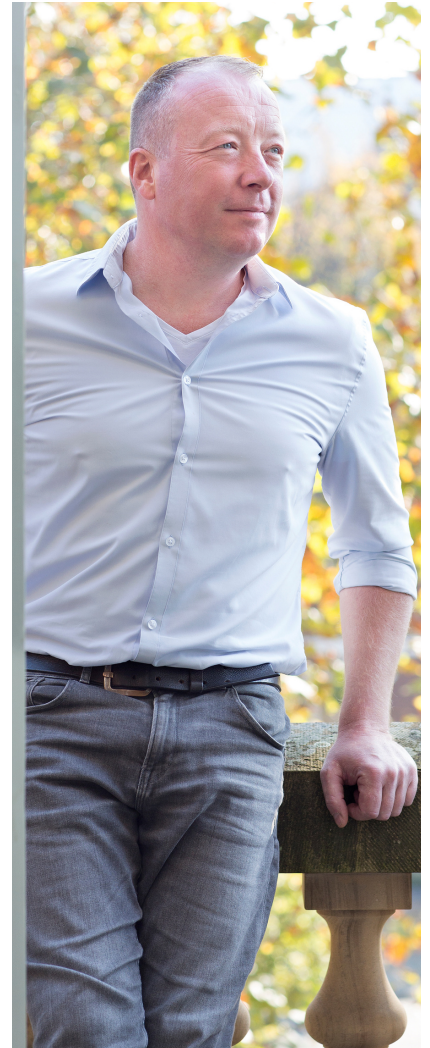
Het kost best veel energie om goed met de opdrachten bezig te zijn. Daarom zijn er voldoende rust en meditatiemomenten ingebouwd om het energieniveau hoog te houden. Op de tweede dag staat er een mooie wandeling onder leiding van Gerno op het programma. Het Emmausklooster is hét pelgrimsklooster van Nederland, dus wandelen is er een belangrijk thema. Om het klooster heen zijn prachtige wandelroutes te vinden. Neem dus goede wandelschoenen, -kleding en een rugzakje mee.



DE COACHES

MICHIEL VAN DER POLS

Ik ben geboren in 1977, ben de partner van Linda, vader van Lisa en stiefvader van Twan en Nils. We wonen in Pijnacker en ik coach op een prachtige plek in hartje Rotterdam. Vijfentwintig jaar heb diverse bijzondere functies bij de Nederlandse overheid vervuld. Twaalf jaar lang was ik leidinggevende bij het Korps Mariniers, ben ik uitgezonden geweest naar Irak en heb ik bij een antiterreureenheid gediend. In 2007 maakte ik de overstap naar de gemeente Rotterdam. In de rol van stadsmarinier was ik verantwoordelijk voor de verbetering van de veiligheid in de hardnekkigste probleemwijken.



Na een intensieve persoonlijke zoektocht ben ik gestopt bij de gemeente Rotterdam en geef ik sinds 2018 de lessen en inzichten van mijn eigen zoektocht door als doorbraakcoach. In mijn zoektocht kwam ik erachter dat ik een gave heb om de ander heel goed te kunnen lezen. Die gave gebruik ik nu om anderen te helpen de verbinding met zichzelf te herstellen. Ik ben actief als coach, schrijver en spreker en gespecialiseerd in het begeleiden van (voormalig) professionals van hoog-risico beroepen, mensen met PTSS en leidinggevendenden.

DE COACHES

GERNO HESSELINK

Ik ben Gerno Hesselink, 49 jaar en vader van twee lieve dochters. Ik woon in Dordrecht en werk als manager binnen het veiligheidsdomein van de gemeente Rotterdam. Naast ruime management-ervaring, heb ik lange tijd bij de politie in Rotterdam en bij het Korps Mariniers gewerkt. Na mijn scheiding kreeg ik de behoefte om alles op een rijtje te zetten en de balans op te maken. Ook was ik benieuwd naar wat er nog over was van de verbinding die ik ooit met God had gehad. Ik had hier tijd, rust en ruimte voor nodig. Een gesprek met een goede vriendin (Elly) die pas terug was van de camino Francés enthousiasmeerde mij. Het idee om zelf de camino te lopen bleef hardnekkig door mijn hoofd dwalen. De camino had me uitgenodigd.



Er was echter één probleem. Ik had een hekel aan wandelen en ik bedacht me dat dit wel eens mijn grootste uitdaging ooit kon zijn. Niets bleek minder waar. Op de camino werd me duidelijk dat ik het wandelen geassocieerd had met negatieve ervaringen uit het verleden. Nu is het één van mijn grootste passies! De Camino was voor mij mijn doorbraak. Nu deel ik mijn passie vanuit **Camino Travel & Coaching**.

Ik ben de assistent-coach tijdens de Doorbraak Experience en onder andere verantwoordelijk voor de buitenactiviteiten.

DE KOSTEN

De gehele Experience kost €975,- (incl. btw). Alle overnachtingen, maaltijden en gebruik van de kloostervoorzieningen zijn hierbij inbegrepen. Bij inschrijving wordt een eerste aanbetaling van €100 gevraagd. De rest van het bedrag moet twee weken voor aanvang overgemaakt zijn. De bankgegevens zijn:

NL30RABO0347216447 t.n.v. DOORBRAAKCOACHING

De volgende kosten worden bij annulering in rekening gebracht: bij annulering tot twee weken voor de start: 50% van het inschrijfgeld. Bij annulering binnen twee weken voor de start: 100% van het inschrijfgeld.



Michiel van der Pols
www.doorbraakcoaching.com
email: mwvanderpols@live.nl
mobiel: 06-23268920