

In de maat op pad

Door Joe Huber

Thema Wandelbeleving & Verbinding

Soort Praktijk

Ronde 1



Ronde 2



Ronde 3



Inhoud

In deze workshop ervaar je hoe muziek jouw manier van wandelen beïnvloedt. Door te lopen op verschillende ritmes ontdek je hoe muziek je helpt om makkelijker een tempo te vinden, energie op te bouwen en meer plezier te ervaren tijdens het bewegen.

Laat je meenemen door de beat en voel wat het met jouw stappen doet.

Over Joe

Ik ben Joe Huber (26) en werk sinds twee jaar bij de wandelbond, vanuit mijn passie voor wandelen en de invloed van thuis uit. Met mijn achtergrond in het lesgeven neem ik mensen graag mee om wandelen actiever te beleven en er meer uit te halen.