

# STER- Training

(Sterk, Trots, Evenwichtig, Rustig)

## Weerbaarheidstraining voor alle kinderen van 10 - 14 jaar

Tijdens  
deze training  
leren kinderen:

### Rots kwaliteiten:

- ♥ Voor jezelf opkomen
- ♥ Je eigen grenzen op een positieve manier aangeven.
- ♥ Steviger in je schoenen staan
- ♥ Zekerder van jezelf worden

### Water kwaliteiten:

- ♥ Mee bewegen met een ander
- ♥ Respect hebben voor de grenzen van een ander
- ♥ Samen spelen en samen werken
- ♥ Flexibel zijn
- ♥ Rust creëren in je hoofd/lichaam

Op woensdag 25 sept. start in  
Goes een nieuwe  
Rots en Water training!  
(van 15.00 - 16.15 uur)

Meld je  
nu aan!



[www.rotsenwater.nl](http://www.rotsenwater.nl)

Kijk op [www.praktijkspark.nl](http://www.praktijkspark.nl) voor  
meer informatie en aanmelden.



Coaching voor kinderen, jongeren en ouders