

INTENSIVE

PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

DE INVLOED VAN JE GEZIN
VAN HERKOMST
OP JE WERKENDE LEVEN



MAANDAG 30 MAART - VRIJDAG 3 APRIL 2026

FYSIEK LEIDERSCHAP.NL

MAYNE DE BOULÈDE

TERRES DE SENS

INTENSIVE PERSOONLIJK LEIDERSCHAP

Systemisch werk zit in de lift.

Werken met familieopstellingen en organisatieopstellingen is een middel om te onderzoeken hoe je systeem van herkomst van invloed is op de 'herhalingen' waar je soms inzit.

Deze methode kijkt niet alleen naar een individu, maar naar het geheel van relaties en systemen (zoals gezin, organisatie of team) waarin je functioneert. Het uitgangspunt is dat problemen of **patronen** vaak niet alleen in jou zitten, maar in de onderlinge dynamiek. Systemisch werk kan zeer effectief ingezet worden in leiderschapsontwikkeling, omdat het inzicht geeft in je onbewuste loyaliteiten of verantwoordelijkheden.

"Heb ik dat weer?" nodigt uit tot systemisch kijken. Tegelijkertijd is het voor veel mensen een spannende manier.
Ongrijpbaar, een beetje 'vaag'.

Wij bieden een vijfdaagse intensive voor mensen die graag intensief willen kennismaken met deze manier van kijken naar uitdagingen in hun werk en leven met als thema **Persoonlijk Leiderschap**.

Een zeer ontspannen week, maandagmiddag tot vrijdagmiddag **30 maart t/m 3 april 2026**, door Esther Teeuw - Fysiek Leiderschap gefaciliteerd en geheel verzorgd door Karen de Graaff en Chefkok Danne Kommer op het prachtige Boulede in Monflanquin, Zuid West Frankrijk.

We nemen je mee naar je systeem van herkomst en werken samen aan de basis; de principes die je kunt hanteren zodat alles in je (werkende) leven **moeitelozer** gaat ...

HERKEN JIJ JEZELF HIERIN?

Wanneer je een of meerdere van de onderstaande vragen met een volledige JA kunt beantwoorden, ben je van harte welkom!

- Heb je wel eens gehoord van of misschien wel eens gewerkt met familieopstellingen of organisatieopstellingen?
- Ben jij nieuwsgierig naar het werken met systemisch werk, en sta je open om eens een kijkje te nemen in jouw systeem van herkomst? Je hebt een vraag die je echt bezighoudt!
- Wil jij graag nog een of meerdere stappen maken in je werkende leven? Zit je "in een herhaling", misschien heb je iets dat 'steeds' fout gaat. Zoiets als, "Heb ik dit weer?".
- Ben je een sociaal mens, vind je het leuk om met andere mensen te werken of ben je daar nieuwsgierig naar?
- Ben je in staat om zelfstandig te werken aan jouw vraag en zou je daar graag wat hulp bij krijgen?
- Ben je je bewust van je lijf en dat jouw lichaam rust en aandacht nodig heeft maar blijf je het een uitdaging vinden om "uit je hoofd" te gaan?
- Ben je niet bang om vragen te stellen en kun je oprecht luisteren naar anderen?
- Ben je bereid, echt even 'weg' te zijn van werk en thuis? Durf je misschien zelfs je telefoon uit te zetten?
- Ben je er aan toe, een weekje ALLEEN eruit te gaan en wil je genieten van de zorg en aandacht voor jou?
- Wil je kijken naar jouw kwetsbare plekken en eens een licht schijnen op waar je eigen potentie nog niet geheel benut wordt?

Mocht je twijfelen of dit retreat de juiste voor je is, neem dan gerust contact met een van ons op .

GESPREK MET: ESTHER

Psychologe & Executive Coach Fysiek Leiderschap



Luister hier [!\[\]\(e78f798d4ea5c530c9db49e7d26e6b95_img.jpg\)](#) naar een gesprek tussen Esther en Martine waarin je hoort wat deze bijzondere week te weeg kan brengen.

TEAM

ESTHER

Ze is een authentieke en betrokken professional die menselijkheid en daadkracht moeiteloos weet te verbinden. Ze straalt energie en vertrouwen uit, luistert met oprechte aandacht en weet met een scherp inzicht snel tot de kern te komen. Haar open houding en natuurlijke empathie maken dat mensen zich gezien en gehoord voelen, wat de basis vormt voor échte verbinding en ontwikkeling. Ze weet beweging te creëren. Zij brengt humor en nuchterheid samen. Deze eigenschappen maken haar een inspirerende vrouw om van te leren.



MARTINE

Met haar passie en liefde voor haar vak, wil zij met haar blik een statement maken. Haar leven hangt aan het woord 'anders'. Dat kun je zien in haar werkwijze en persoonlijkheid. Zij staat voor imperfectie, ook in haar doen en laten. Ze is een vrouw met dromen, visie en een inspirerende kijk op de wereld, een verschijning om blij van te worden. Ze straalt vertrouwen en rust uit en is bovendien enorm liefdevol. Daarnaast stelt zij mensen op hun gemak, zodat zij zich comfortabel voelen. Oftewel, ze acteert op gevoel.



DANNE

Gedreven door eindeloze nieuwsgierigheid, geraakt door een hartveroverende zin en de kracht van woorden, gevoed door nieuwe verbindingen & reizen, altijd positief verrast door de magie van synchroniciteit en flow & geïnspireerd door de diepte van de oceaan. Iedere keuze die ik maak is ingegeven door een verlangen naar vrijheid, ontdekking en groei.



KAREN

Bewogen en bevlogen mens en ondernemer, vrouw, partner moeder. Benieuwd naar mensen en wat ze beweegt, verwonderd over de schoonheid en magie van de natuur, een moment, mensen. Een creatieve verbinder voor heartfelt connecties, happiness director op een heerlijke plek. Kortom een multipotential die meeveert op alles wat het leven aanreikt.



PROGRAMMA

Wat kun je verwachten in deze week over Persoonlijk Leiderschap?

- Een intensief programma
- Ruimte om verandering in te zetten
- Een gedegen introductie over systemisch werken
- Een veilige plek om jezelf te ontwikkelen
- Stilte
- Aandacht voor jou en jouw vragen
- Prachtige natuurlijke omgeving
- Wandelingen
- Plantbased food
- Yoga/meditaties
- Focus op jouw vraag
- Masterclass in passend thema
- Ruimte voor jezelf
- Ruimte voor individuele coaching
- Hoogwaardige kamers
- Goede nachtrust

N.B.:

*Voorafgaand aan het intensive zal er een online gesprek plaatsvinden per deelnemer.

** Dit programma betreft een beknopte versie, na inschrijving ontvang je het volledige programma.

Deze ontwikkelweek wordt ondersteund door de liefdevolle **krachtplek** Boulède waar Karen en Rolf zich voor 1000% in zullen zetten om je echt thuis te laten voelen op hun prachtig gelegen domein in **Monflanquin**. Deze magische plek is een **perfecte bodem** om jezelf een boost te geven in persoonlijk leiderschap.

Voedzame plantbased maaltijden verzorgd door traiteur Danne Kommer van Terres de Sens. Deze maaltijden zullen je verrassen, keer op keer! Je zal hoe dan ook intens genieten van haar passie voor haar vak. Zij verzorgt het ontbijt, brunch, lunch & diner.

BOULEDE

homes hearts happiness



TERRES DE SENS

healing loving nourishing



On the menu: a feast of nourishing and colourful plant-based recipes, infused with joy and curiosity, and prepared with nature-sourced ingredients.

INVESTERING

De investering voor deelname aan dit intensive bedraagt:

€ 2500,- P.P. EXCL. BTW WANNEER JE JE INSCHRIJFT VÓÓR 1 JANUARI 2026, DAARNA BEDRAAGT DE INVESTERING €2750,- P.P. EXCL. BTW. *

INCLUSIEF

- 4 nachten & 5 dagen verblijf op Boulède
- 3x Ontbijt, 3x Lunch, 1x brunch, 4x Diner (plantbased)
- zie programma **

EXCLUSIEF

- Vlucht: Transavia Rotterdam - Bergerac
(vluchten naar Bordeaux & Toulouse zijn alternatieven)
- Reisverzekering
- Lichaamsmassages, Voetreflexologie
- Vervoer van en naar vliegveld Bergerac

OPTIONEEL

Extra overnachtingen

Zie inschrijfformulier:



Een zakelijke factuur is uiteraard mogelijk.

*Deze prijzen zijn geldig tot 30 maart 2026

** na inschrijving ontvang je het uitgebreide programma met alle details

CONTACT:

Esther: esther@fysiekleiderschap.nl

> over inhoudelijke zaken betreffende jouw vraagstuk

Karen: home@boulede.com

> over vluchten, huisvesting & food

Martine: martine@koenis.nl

> over zaken betreffende planning intake, programma en andere voorbereidende vragen

INSCHRIJVEN?

01

JE VOELT DAT DEZE INTENSIVE JOU VOORUIT KAN HELPEN OP HET GEBIED VAN PERSOONLIJK LEIDERSCHAP, JE BENT KLAAR OM RUIMTE TE MAKEN IN JE AGENDA EN VOOR JEZELF TE KIEZEN. HET IS EEN WAARDEVOLLE INVESTERING IN JEZELF.

02

VUL **DIT FORMULIER**  IN, SELECTEER JE KAMER & EXTRA'S, KIES VOOR BETALING EN VRAAG EVENTUEEL EEN ZAKELIJKE FACTUUR AAN.

03

JE ONTVANGT EEN MAIL MET DAARIN DE BETALINGSINFORMATIE. JE KUNT NU OOK JE VLUCHT OF TREIN BOEKEN NAAR BERGERAC (DICHTSBIJZIJNDE AIRPORT EN STATION).

04

WAT EEN MOOI CADEAU AAN JEZELF! WIJ KIJKEN ERNAAR UIT JE TE VERWELKOMEN OP BOULÈDE EN EEN VEILIG EN VERTROUWD THUIS TE BIEDEN VOOR JOUW PERSOONLIJKE GROEI.

REVIEWS



Ik wist niet dat ik me zo snel veilig kon voelen in een groep! Ik heb het niet zo op groepen namelijk. Wat zo'n week doet is ongelooflijk. Als de groep inmiddels zo veilig voelt dat ik mijzelf 10 keer laat vallen en ik de 11e keer weer opsta. Gewoonweg om het uiterste uit mezelf te halen! Dan kan er alleen maar een sfeer heersen waar groei ontstaat!

Bart

Je innerlijke stemmen leren kennen en het systemisch beleven is zo verhelderend en het essentieel voor innerlijke groei. Ik leerde hierdoor met wat meer humor te luisteren naar die negatieve stemmetjes. Daarnaast helpt het mij elke dag weer bij het nemen van authentieke beslissingen met compassie naar mezelf.

Pien

Denken aan en zorgen voor anderen is nobel en maakt je vaak een gewaardeerd mens. Maar hoeveel waardevoller ben je als je goed en met enige regelmaat voor jezelf zorgt of aan jezelf denkt. Zal dat je een egoïstisch mens maken? Of zou het je juist mooier maken? Ik ben zo ontzettend blij dat ik deze stap heb genomen om mijzelf een week onder te dompelen in tijd voor MIJ.

Britt

Ego heeft een slecht imago en daarom ook vaak een negatieve associatie. De eerste geruststelling die Esther ons bracht was dat vrijwel iedereen vanuit zijn of haar ego handelt. Door een bewuster handelen mocht ik op onderzoek uit. Door welke onveilige situatie komt mijn ego naar voren? Waarom reageer ik vanuit een tekort of heb ik vaak het gevoel dat mensen niet te vertrouwen zijn? Waarom doe ik dat en hoe herken het in mijn eigen handelen? Ik heb op al deze vragen antwoord gekregen!

Henk

