

Oohm: een plek voor ontspanning en rust in een prachtige omgeving

Aan de rand van het eindeloze wandelgebied van de Amsterdamse Waterleidingduinen, ligt de eeuwenoude Buitenplaats Vogelenzang, waar het schitterende 'Teylingerbosch' onderdeel van uitmaakt. In dit bijzondere landhuis te midden van de prachtige natuur is op 1 augustus Oohm geopend. Oohm is een plek voor puur ZIJN, voor ontspanning en rust. Waar niets moet, maar veel kan. Een schitterende nieuwe bestemming waar je kan genieten van workshops, yogalessen, meditaties, coaching, massages, reiki, beauty behandelingen of gewoon een wandeling op het adembenemend bosrijke landgoed.

Of je nu voor een wekelijkse yoga-klas met een aansluitende lunch gaat, of jezelf (of een ander) verwent met een bijzondere retraite. Bij Oohm ontsnap je direct moeiteloos uit de hectiek van het dagelijks leven. Het is dé ideale plek om je hoofd leeg te maken, te ontspannen, op te laden, te mediteren en totaal tot rust komen.

Yoga & Meditatie

Voor iedereen betekent yoga en mediteren weer iets anders. Bij Oohm zijn de yoga- en meditatielessen erop gericht om dichterbij jezelf te komen. Er worden diverse yogastijlen aangeboden: van Yin Yoga tot Hatha en van Vinyasa tot yoga speciaal voor (aanstaande) moeders. Ook biedt Oohm uitkomst voor iedereen die wil starten met yoga & meditatie maar niet weet hoe. Speciaal voor deze groep zijn er kleinschalige beginnerscursussen om te ervaren wat yoga is en wat het voor je kan doen.

Colour&Spice

De schoonheidsbehandelingen bij Oohm staan in het teken van de holistische beauty methode en skincare van Colour&Spice. Een dagelijks ritueel dat niet alleen de huid voedt, maar ook je lichaam en geest in balans brengt. Waar reguliere schoonheidsspecialisten zich focussen op de wetenschap achter verschillende huidtypen, wordt hier schoonheid op een holistische wijze benadert. Waarbij de oorsprong ligt in de krachtige combinatie van natuurzuivere, actieve werkstoffen, heilzame kruidenoliën en kostbare plantenextracten.

Massage & Reiki

Alle masseurs bij Oohm zijn master masseurs. Dat houdt in dat ze holistische-, ontspannings-, sport-, deep tissue- of Shiatsu- Swedish massage kunnen geven. Zo is er voor elke behoefte een passende behandeling. Naast diverse massages biedt Oohm ook Reiki behandelingen. Bij deze behandelingen - die behoren tot de holistische geneeswijzen - wordt gewerkt met de handen, waarbij het lichaam, met een veronderstelde vorm van levensenergie, wordt behandeld. Een Reiki behandeling is een liefdevolle, zachte en ontspannende behandeling met de bedoeling om het fysieke en spirituele welzijnsgevoel van de ontvanger te bevorderen.

Praktijk- & Vergaderruimtes

Oohm beschikt over een aantal praktijk- en vergaderruimtes. Daarmee biedt het prachtige landhuis uitkomst voor het hosten van workshops, trainingen, familie-opstellingen, brainstorms of meditaties op een inspirerende locatie midden in de natuur. Daarnaast biedt Oohm op deze bijzonder plek ook ruimtes voor verschillende holistische disciplines. Zo is het mogelijk om als acupuncturist, masseur, haptonoom, manueel therapeut, coach, reiki-master,

voedingsdeskundige, osteopaat, natuurgeneeskundige, medium, of andere holistische professional eigen klanten te bedienen en samen te werken met andere holistische experts.

Oohm

Oohm is opgericht door Monique de Jong. De plek waar zij Oohm heeft mogen openen is voor haar een droom. Het idee voor Oohm is ontstaan vanuit uit de behoefte om het leven lichter te maken voor de mensen in haar omgeving. In verschillende functies heeft ze hier eerder mee te maken gehad: hotelschool, restaurant manager, runnen van een B&B in Amsterdam, personal assistant, yoga teacher en coach. Alles wat ze in het verleden gedaan heeft, lijkt nu eindelijk op dit indrukwekkende landgoed samen te komen: een centrum voor puur ZIJN waar je het gevoel krijgt dat de tijd heeft stilgestaan en een natuurlijke rust als vanzelf over je heen komt.

www.oohm.nl