Dag 1

09.30 – 10.00 uur	Welkom
10.00 – 10.30 uur	“Ruimte maken” groepsoefening
10.30 – 11.00 uur	Focusing: Inleiding theorie
11.00 – 11.15 uur	*Pauze*
11.15 – 11.45 uur	Presentie: theorie en praktijk
11.45 – 12.30 uur	Focusing: houding oefening in tweetallen
12.30 – 13.30 uur	*Lunch*
13.30 – 14.00 uur	Felt Sense: oefenen in kleine groep
14.00 – 14.30 uur	Resoneren: heen en weer tussen de felt sense en het symbool
14.30 – 14.45 uur	*Pauze*
14.45 – 16.00 uur	Praktijkgerichte in drietallen
16.00 – 17.00 uur	Life- demonstratie docent en nabespreking

Dag 2

09:30 – 10.00 uur	Ruimte maken
10:00 – 11.00 uur	De Felt Sense ontvouwen: vragen (stap 5) en ontvangen (stap 6) – betekenis geven
11:00 – 11.15 uur	*Pauze*
11:15 – 12.30 uur	Oefenen in kleine groep
12:30 – 13.30 uur	*Lunch*
13:30 – 14.15 uur	Focusing in de praktijk: Obstakels, Do’s en don’ts
14.15 – 14.30 uur	*Pauze*
14:30 – 15.15 uur	Focusing inweven in therapie
15:15 – 16.30 uur	Oefenen in kleine groep
16:30 – 17.00 uur	Plenaire nabespreking