



we are
blooming

we are
blooming

samenwerking is de sleutel tot succes

blooming inspireert, blooming boeit. Met onze locaties blooming hotel, Het Hof en Beach bieden wij je de mogelijkheid om je vergadering, je evenement, je weekend of je familiedag op verschillende manieren te bereiken. Welke activiteit je kiest hangt af van de grootte van de groep, welk doel je voor ogen hebt (ontspannen, samenwerken, etc) en de locatie waar je voorkeur naar uit gaat. Voor elke vergadering en elke groep mensen kunnen wij een passende activiteit aanbieden. blooming werkt samen met diverse ervaren partijen uit de omgeving. Hierdoor heb je altijd een persoonlijke begeleider die de groep inspireert en meeneemt in zijn of haar enthousiasme.

activiteiten reserveren

Wij bespreken graag met je welke activiteiten het beste bij jouw groep passen. Afhankelijk van de grootte van de groep, de weersomstandigheden en jouw wensen stel je samen met ons verschillende activiteiten samen.

Neem contact met ons op via yourbusiness@weareblooming.com of bel ons op (+31)072-5820520.

Alle genoemde prijzen zijn incl. btw.



inhoud

kom in beweging

4 bootcamp & training

leer iets nieuws

5 dichtworkshop

5 cocktailworkshop

6 teken- en schilderworkshops

kom tot rust

8 stoelmassage

9 Qi Gong

9 yoga

ga op pad

10 mountainbiken

10 fietsen huren

11 wandel- en fietstochten

werk & speel samen

12 beach experience

13 breaking the waves

14 outdoor teambuilding games

durf jij het aan?

15 Wim Hof Fundamentals

kom in beweging

bootcamp & training

In groepsverband sporten in de prachtige omgeving van Bergen onder begeleiding van een gediplomeerde trainer.

Houd jezelf en je team vitaal met de sportlessen van onze personal trainer. Met oefeningen, trainingsprincipes en teambuildingactiviteiten creëer je een energieke, gezonde en succesvolle bijeenkomst. Start de training met een bootcamp sessie of onderbreek een intensieve vergadering met een teambuildingactiviteit. De trainingen van onze trainer worden afgestemd op de groep en jullie wensen. Je kunt kiezen uit de volgende thema's;

bootcamp is een intense en creatieve manier om je lichaam en je geest te trainen. De sessies bestaan uit conditionele en spieroefeningen waarbij gebruik wordt gemaakt van het eigen lichaam en de elementen uit de natuur. De intensiteit van de trainingen worden afgestemd op de groep. De bootcamplessen kunnen **binnen** en **buiten** worden gegeven. Er zijn geen excuses!

Met de **teambuilding** activiteiten van onze personal trainer werk je op een leuke manier aan beter samenwerken en creëer je een goede groepsdynamiek voor tijdens de bijeenkomst. Met een teambuildingles verbeter je op een sportieve en actieve manier competenties als communiceren en organiseren.

Bij de **personal training** sessies wordt er aan het begin van de training voor elke deelnemer een doel gesteld. Dit kan van alles zijn. Van uithoudingsvermogen tot kracht, maar ook stressbeheersing of concentratievermogen. Onze trainer geeft persoonlijke adviezen en tips en stelt de activiteiten zo samen zodat elke deelnemer zijn of haar persoonlijke doelen kan behalen. Dit kan individueel zijn maar ook in duo's of met een groep.

prijs t/m 12 personen
tijdsduur **€ 215 per uur**
 min. 60 minuten

prijs 13 - 20 personen
tijdsduur **€ 285 per uur**
 min. 60 minuten

prijs 21 - 30 personen
tijdsduur **€ 395 per uur**
 min. 60 minuten

alle locaties | weareblooming.com



blooming
activiteiten

leer iets nieuws

dichtworkshop

Rust.nl

Workshop dichten met Arij van der Vliet, dorpsdichter van Bergen.
Dichten vanuit je hart.

Leer dichten zoals de dichters uit Bergen dat al eeuwen doen. Met deze workshop leer je op een interactieve wijze de kunst van het dichten. Dorpsdichter Arij van der Vliet weet als geen ander hoe hij de dichter in ieder naar boven kan krijgen.

per persoon **€ 19⁵⁰**
minimaal 10 personen

Een workshop duurt minimaal één uur en wordt geheel op maat voor jullie ingericht. Wij bespreken de inhoud graag met je zodat we samen kunnen bepalen wat het beste in jouw programma past.

cocktailworkshop

Een professionele bartender van Shake Kings leert je hoe je de heerlijkste cocktails zelf kunt shaken.

Na een korte uitleg over de geschiedenis van de cocktail, het gebruik van het cocktail gereedschap, alcohol en andere leuke weetjes ga je aan de slag aan de hand van een goed samengestelde menukaart. Serveer de cocktail in bijpassend glaswerk met garnituur en proef je eigen creatie. Zowel alcoholische als non-alcoholische cocktails zijn mogelijk.

prijs **€ 49⁵⁰ per persoon**
groepsgrootte **vanaf 10 personen**
tijdsduur **1,5 uur**
bij meer dan 10 personen is de prijs op aanvraag

alle locaties | weareblooming.com

tekenen & schilderen

teken- en schilderworkshops

De teken- en schilderworkshops van onze ‘huis’ kunstenaar Inge Koetzier van Hooff brengen op een leerzame en leuke manier de kunstenaar in je naar boven!

elkaar tekenen

Deze workshop is creatief, leerzaam, levendig en informeel. Geschikt voor alle leeftijden en niveaus van ervaring. Je ziet en tekent elkaar op een andere manier - met een kunstenaarsblik. Je leert anders naar elkaar kijken, met focus op details waardoor je de schoonheid van imperfecties leert herkennen. Het resultaat is een serie vlotte en zeer originele schetsen van elkaar.

prijs t/m 4 personen	€ 340
prijs extra persoon	+ € 80 per persoon
tijdsduur	2 uur

portrettekenen

Een workshop waarbij je een uitgebreide basis van het portrettekenen leert. Je oefent het portrettekenen op leerzame, ontspannen en creatieve manieren.

prijs t/m 4 personen	€ 365
prijs extra persoon	+ € 85 per persoon
tijdsduur	2 uur

stilleven | bloemen & bladeren

Geïnspireerd door het mooie bos rondom blooming. Leer losjes de mooie bladeren en bloemen op papier te zetten. Je leert tekenen en schilderen met speciale potloden. Leer kijken en experimenteren met kleuren.

prijs t/m 4 personen	€ 340
prijs extra persoon	+ € 85 per persoon
tijdsduur	2 uur

alle locaties | weareblooming.com



blooming activiteiten

tekentour

Tijdens de Teken Tour bekijk en teken je je omgeving als een kunstenaar. We wisselen een paar minuten lopen steeds af met een paar minuten tekenen. Je leert goed te kijken en vlot te schetsen, waardoor niet alleen je tekenvaardigheid, maar ook je observatievermogen ontwikkelt. Bij slecht weer kan de tekentour binnen in het hotel gedaan worden. Een creatieve en inspirerende workshop.

prijs t/m 4 personen	€ 340
prijs extra persoon	+ € 85 per persoon
tijdsduur	2 uur

wijn & schilderen

Een workshop waarbij je onder het genot van heerlijke wijn en nootjes een Bourgondisch stilleven leert tekenen én schilderen. Op een ontspannen en leerzame manier leer je kijken, je tekening opbouwen en te schilderen wat je ziet.

prijs t/m 4 personen	€ 435
prijs extra persoon	+ € 105 per persoon
tijdsduur	2,5 uur

**tarief is incl. de workshop, drie glazen blooming wijn & nootjes*

*bij grote groepen is de prijs op aanvraag
De workshops kunnen in de vergaderruimte gegeven worden.
Liever een andere ruimte? Houd dan rekening met zaalhuur.*

alle locaties | weareblooming.com

blooming activiteiten

stoelmassage

Gun je team een ‘schouderklopje’ met een heerlijke stoelmassage van Chaja Massage.

Een stoelmassage is een doelgericht middel om stress en werkgerelateerde klachten te verlichten en te voorkomen. Doordat de bloedsomloop wordt gestimuleerd en de aanvoer van zuurstof naar de hersenen toeneemt, voelen deelnemers zich na afloop verkwikt en zijn ze beter bestand tegen stress. Er wordt geen gebruik gemaakt van massageolie en er wordt door de kleding heen gemasseerd. Een massage op een daarvoor ontwikkelde ergonomische en mobiele massagestoel kan praktisch overal gegeven worden. Een stoelmassage duurt ongeveer 20 minuten per persoon.

prijs	€ 55,00 per uur
groepsgrootte	3 personen per uur
tijdsduur	minimaal 1 uur

even tot rust komen...



Qi Gong

Qi Gong is een, op de Oosterse geneeswijze geschooide, manier om je vitaler te voelen.

Tijdens de workshop ben je onder begeleiding van een echte Qi Gong meester bezig met lichaams- en adembewegingen. Deze zijn verwerkt in thema's die zijn afgestemd op situaties die voorkomen op de werkvloer en in het dagelijks leven. Door Qi Gong in de natuur te beoefenen werkt de geneeswijze nog beter. De Qi Gong les duurt ongeveer een uur. Je hoeft er geen speciale kleding of schoeisel voor aan. De lessen zijn toegankelijk voor iedereen en voor alle leeftijden.

prijs	€ 310 ⁰⁰ per sessie
groepsgrootte	onbeperkt
tijdsduur	1 à 1,5 uur

yoga

De yoga lessen zijn geschikt voor iedereen die zich beter wil voelen op fysiek, mentaal, emotioneel of spiritueel vlak.

Je hoeft er niet lenig of sterk voor te zijn. Yoga helpt juist om meer flexibiliteit en kracht te krijgen. Met behulp van de juiste ‘alignment’ (houding) kun je het lichaam ondersteunen in haar natuurlijke herstel.

prijs	€ 310 per groep
groepsgrootte	minimaal 6 personen
tijdsduur	1 uur



mountainbiken

Op een steenworp afstand van blooming hotel ligt één van de mooiste mountainbike routes van Nederland.

Onder begeleiding van een professionele gids ontdek je het prachtige duingebied van Schoorl en Bergen. In het begin van de clinic leer je de mountainbike onder controle te krijgen, waarna een uitdagende rit volgt. Helm, bidon en een sterke fiets die bij je lengte past zijn inbegrepen. Ervaring is geen vereiste.

prijs clinic	€ 40 ⁰⁰ per persoon
prijs fietshuur	€ 30 ⁰⁰ per persoon
groepsgrootte	1 tot 10 personen
tijdsduur	1,5 - 2 uur
bij groepen groter dan 10 personen rekenen wij € 175 ⁰⁰ voor een extra instructeur	

fietsen huren

Ontdek de omgeving van blooming op twee wielen. We hebben de volgende type fietsen in ons assortiment;

e-bike	32 ⁵⁰ per dag
stadsfiets (3 versnellingen)	17 ⁵⁰ per dag
mountainbike	30 ⁰⁰ per dag
elektrische mountainbike	42 ⁵⁰ per dag

fietsen reserveren

Neem tijdig contact met ons op om de fietsen te reserveren. Wij hebben minimaal 2 dagen nodig om de fietsen voor je vast te leggen.



ga op pad en verken..

wandel- en fietstochten

In de prachtige omgeving van Bergen is veel te zien en te beleven.

Dit kan op verschillende manieren, onder begeleiding van een natuurgids die de hele omgeving kent. Je kunt kiezen uit de volgende thema's:

cultuur en kunst (wandel & fiets)

Bergen is van origine een kunstenaarsdorp. De ligging van het dorp, omringd door bos, duin en zee, inspireerde veel schilders, schrijvers en architecten. Tijdens deze tocht maak je kennis met deze prachtige cultuur.

historie (wandel & fiets)

Beleef het verhaal van Bergen met deze route vol belevenis en karakter.

natuur (wandel & fiets)

Een tocht door bos en duin om en nabij blooming hotel, landgoed Het Hof of van het hotel naar het strand.

architectuur (fiets)

Tijdens de fietstocht ontdek je bijzondere staaltjes van de architectuur waar Bergen en Bergen aan Zee om bekend staat.

prijs 1 uur	€ 85 ⁰⁰ per gids*
prijs 1,5 - 2,5 uur	€ 115 ⁰⁰ per gids*
groepsgrootte	maximaal 10 personen per gids

Let op, voor de fietstochten zijn de prijzen exclusief fietshuur.

teambuilding & games

beach experience

Een sportief strandprogramma met acht spelonderdelen op het activiteiten strand welke uitgebreid kan worden met watersport. Er kan maar één team de beste zijn!

Beachvolleybal

Goed opgelet bij de wedstrijden van Europees kampioenen Nummerdor en Schuil?

Ultimate-Frisbee

Deze combinatie van rugby en frisbee vereist geen kracht, maar wel inspanning.

Zandsculpturen

Wordt het een kasteel? Een draak? Of heel iets anders?

Flag-Football

American-football maar dan zonder pakken en tackels. Het is de bedoeling met de bal over de achterlijn van de tegenstander te lopen zonder dat iemand een flag bij je afpakt.

Touwtrekken

Laat zien wie het sterkst is in het zand.

Powerkiten (tot 15 personen)

Een professional leert je vliegeren met een echte power kite.

Jeu des Boules

Het spel met de ballen. Het gaat om precisie en behendigheid. Het is de bedoeling om het houten balletje zo dicht mogelijk te benaderen.

Boogschieten

Leer boogschieten als een echte Robin Hood!

Prijs per persoon | van 10 tot 25 personen € 32⁵⁰
Prijs per persoon | van 25 tot 100 personen € 24⁵⁰
tijdsduur 2 uur



breaking the waves

Trotseer de golven van Bergen aan Zee met deze trendy sporten.

Golfsurfen

Na de instructie op het strand gaan jullie met een instructeur de branding door om jullie eerst 'ride' op de golven te maken.

Bodyboarden

Bodyboarden lijkt op golfsurfen, alleen blijf je bij bodyboarden liggen op je board. Je gaat eerst (over of onder de golven) door de branding heen en wacht dan op de perfecte golf om je terug te brengen naar het strand.

Raften

Werk goed samen, peddel heel snel en houd evenwicht. Rust uit achter de branding en pak een golf of weer naar het strand te komen.

Powerkiten

Een professional leert je vliegeren met een echte power kite.

Stand-up Paddling (SUPPEN)

Trotseer het water met een grote surfplank en een lange peddel. Leer de basistechnieken en maak een mooie tocht langs de kust.

Speedboot Varen / Banaan Varen

Speciaal voor degenen die gek zijn op snelheid! Meevaren in een super snelle speedboot? Of de uitdaging met de bestuurder aangaan door zo lang mogelijk op de banaan te blijven zitten. Onze motorbootpiloot zal er alles aan doen om jullie een nat pak te bezorgen!

prijs per persoon | vanaf 10 tot 20 personen € 32⁵⁰
prijs per persoon | van 20-75 personen € 24⁵⁰
tijdsduur 2 uur

breaking the waves is weersafhankelijk

blooming activiteiten

outdoor teambuilding games

Teamspirit en concentratievermogen worden op de proef gesteld door middel van zes spelonderdelen.

Bamboe Bouwen

Wie bouwt de hoogste toren of het beste kunstwerk van enkel bamboe en elastiek? Samenwerking is hier de sleutel tot succes!

Katapult Challenge

Wie bouwt zo snel mogelijk een goede katapult en kan de verschillende ballen in de hoepel van de teamgenoten schieten?

Waterparcours

Een estafette waarbij het de kunst is om zo min mogelijk water te verspillen. Welk team krijgt zijn emmer als eerste vol?

Tangram

Een hersenbrekende puzzel die je alleen met uiterste concentratie en de beste samenwerking kunt oplossen.

Laddergolf, Discgolf en boogschieten

Scoor zoveel mogelijk punten door de bolos op het rek van de tegenstander te gooien. Werd de disc en schiet de pijlen in de bucket!

Telefoonpuzzle

Geef instructies via de telefoon om jullie puzzel zo snel mogelijk op te lossen.

prijs 6 tot 20 personen € 29⁵⁰ p.p.
prijs vanaf 20 personen € 19⁵⁰ p.p.
minimale groepsgrootte vanaf 6 personen
tijdsduur vanaf 1,5 uur



een echte uitdaging...

Wim Hof Fundamentals

Stel jezelf in de deskundige handen van een gecertificeerde WHM-instructeur om de 3 pijlers van de Wim Hof-methode te leren.

De Wim Hof Methode is een wetenschappelijk onderbouwde methode die bestaat uit drie componenten: Ademhalingstechnieken, koude training, mind-set/focus.

Gezondheid, weerstand, energie en stress zijn onderdeel van alle programma's van René Valk. René Valk is een gecertificeerde instructeur voor het geven van de Wim Hof teambuildingworkshops. Adem in en leef je uit!

We hebben drie keuzes.

Workshop Powerbreathing

De energieke start van elke vergadering. Maak connectie met je lichaam door middel van een juiste ademhaling en zorg hiermee voor betere concentratie tijdens de vergadering.

prijs	op aanvraag
groepsgrootte	minimaal 15 personen
tijdsduur	1 uur

Workshop Powerbreathing & Stressmanagement

Een combinatie van de workshop Powerbreathing en de gedeeltelijke koude training (armen en benen); Ijsbak experience.

prijs	op aanvraag*
groepsgrootte	minimaal 15 personen
tijdsduur	2 uur

Workshop Wim Hof Method Full Experience

Ontdek hoe u zuurstof en blootstelling aan de kou kunt gebruiken om lichaam en geest te optimaliseren, en leer meer over de onderliggende fysiologie. (Ijsbak Experience) *(enkel armen en benen is ook mogelijk)*

prijs	op aanvraag*
groepsgrootte	minimaal 15 personen
tijdsduur	4 uur

**Je kunt ervoor kiezen om de workshops in de vergaderruimte te organiseren maar in veel gevallen is het nodig om voor de workshops een extra ruimte te huren. Wij bepalen per aanvraag of de extra ruimte nodig is en welke kosten hieraan verbonden zitten.*