

Marian

“Ben jij klaar voor meer balans?”



Over mij

Hoi, ik ben Marian, wat leuk om jou hier te ontmoeten!






Ik ben health & lifecoach. Het is mijn missie om jou te helpen gezonder & gelukkiger te worden. Te werken aan jouw (werk-privé)balans. Om bijvoorbeeld stress- en burn-outklachten te voorkomen of te herstellen. Of beter om te leren gaan met jouw hoogsensitiviteit. Integraal, dus altijd zowel fysiek, mentaal en emotioneel.

Samen met mij ga je naar buiten en combineren we coachen met wandelen of hardlopen. Of je kiest voor coaching in mijn praktijk aan huis of online. Het kan allemaal. Hoe dan ook mag je stress, verdriet en andere bagage achterlaten. En vervangen door ontspanning en plezier.

Ik heb 20 jaar in het bedrijfsleven gewerkt. Te maken gehad met burn-out en ontslag. Daarna begon mijn reis naar een gezonder en gelukkiger leven. En nu gun ik dit iedereen. Begint jouw reis hier?

Uiterlijk

Vrouw | Leeftijd 49 jaar

-  NOBCO gecertificeerd
-  Fulltime werkzaam als coach
-  Zorgt voor vervanging bij overmacht
-  KVK-geregistreerd
-  Uurtarief: € 75,-

Beoordeling



0 referenties

Specialismen

Trainingsonderwerpen

- Assertiviteit vaardigheden & grenzen stellen
- Burn-out
- Gezondheid
- Hoog Sensitieve Personen (HSP)
- Stress

Trainingsmethoden

- Bateson
- Dramadriehoek
- Kernkwadrant van Ofman
- Kernkwaliteiten
- Mindfulness

Coacheschap

- Actiegericht
- Cognitief
- Emotionele ontwikkeling
- Hardlopen
- Oplossingsgericht

Ervaring

Aantal jaren werkzaam : **3 jaar** (fulltime)

Opleidingen

- * Mindful Run Wandelcoach
- * Mindful Run & Walk Instructeur
- * Post HBO Marc Academy Integraal Leeftijd- en Vitaliteitscoach en
- * Professioneel Leefstijltrainer

Talen

- Engels
- Nederlands

Aangesloten bij

- Dertigers
- Hoog opgeleide professionals
- Ondernemers
- Veertigers
- Vrouwen