



Over mij

Ik heb een passie voor mensen. Ik verdiep me vlot in andere mensen en stel me open op.

Als wandelcoach maak ik gebruik van de Mindful Run methode. We gebruiken hierbij mindfulness en ademhalingstechnieken waardoor je inzicht krijgt in wie je bent en wat jou beweegt. En dit alles in de natuur! Het gaat hierbij niet alleen om het praten en wandelen maar we doen vooral veel oefeningen.

Tijdens het intakegesprek bespreken we jouw doel. Als je daarna besluit met mij in zee te gaan, volg je een traject van 6 weken waarbij we 1x per week 2 uur in de natuur samen gaan wandelen.

Wil je nog meer weten of kan ik iets voorjou betekenen? Neem dan gerust contact met mij op.

Uiterlijk

Vrouw | Leeftijd 47 jaar

 Parttime werkzaam als coach

 KVK-geregistreerd

 Uurtarief: € 75,-

Beoordeling



1 referenties

Specialismen

Trainingsonderwerpen

- Burn-out
- Kwaliteit van het leven
- Scheiding
- Stress
- Verlies en rouw

Trainingsmethoden

- Belbin teamrollen
- Mindfulness
- NLP
- Oplossingsgericht coachen

Coacheschap

- Counseling
- Ontwikkelingsgericht
- Oplossingsgericht
- Positieve benadering
- Wandelen

Ervaring

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

Opleidingen

- Civas Counseling
- Civas Stress Counseling
- Civas Verlies en Rouw Counseling
- Civas Life coach
- Mindful Run Wandelcoaching
- Mindful Run Instructeur
- Mindful Walk Instructeur

Talen


- Nederlands

Aangesloten bij

- Dertigers
- Veertigers

Contactgegevens

Westdorpe
Zeeland, Nederland

 kvk 71222820