



Als **leefstijlcoach** help ik mensen naar een gezonde leefstijl. Ik begeleid mensen bij het nemen van regie over hun eigen gezondheid en welzijn. Ik maak gebruik van sport, bewegen en voeding voor een gezonde fysieke en mentale conditie. Ik begeleid groepen en geef individueel advies.

Ik hou van:



managen & organiseren



begeleiden



advies geven



kennis over het menselijk lichaam



met mensen werken



naar mensen luisteren

Ik werk met:



Zo ziet mijn werkdag eruit:



6:30u:
Persoonlijke bootcamp in het park



10:00u:
Benaderen nieuwe klanten via social media



11:00u:
Boekhouding en training voorbereiden.



15:30u:
Begeleiden groepen klanten in de sportschool.