

Prestatiemanagement & samen lang duurzaam

Vertrouwenspersoon

Imago coaching / stylist

- uitstraling: binnenkant, buitenkant, overkant
- mindset & gedachten
- uiterlijk & kleding
- vitaliteit
- branding

Prestatiecoaching: sneller / beter duurzamer presteren

- persoonlijk
- werk / school
- fitness
- (top)sport

Personal trainingen

- 1 op 1 / duo / groepstraining
- fysiek fit
- mentaal sterk
- voorkomen blessures

Sportmassage / behandelingen

- preventie
- onderhoudsbeurt
- sneller herstel
- duurzamer resultaat
- rug, nek & bekkenklachten

Leefstijlcoaching: privé / school / werk

- manier van leven
- andere keuzes voor beter resultaat
- voeding, beweging, ontspanning
- slaap, ademhaling
- persoonlijke uitstraling

Vitaliteitscoaching

- energiemangement
- fysiek gezond
- gewoontes & patronen doorbreken
- positief
- mentaal weerbaar

Voedingsexpert

- fit & sterk
- spieropbouw
- ideaal gewicht
- sneller herstel

Koffie training

- ultieme koffiebeleving
- beter presteren
- hogere aantrekkingskracht

