

# Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2024

via Zoom



Hoofddocent: Esther Dorrestijn  
Locatie: Online - null - null - via Zoom  
Dag en lestijd: donderdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	28-03-2024	Introductie leefstijlcoaching	Esther Dorrestijn
2	11-04-2024	Anatomie & Fysiologie	Trudy Vlot
3	25-04-2024	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Esther Dorrestijn
4	16-05-2024	Stress	Angela Ruizeveld
5	30-05-2024	Communicatie en gesprekstechnieken	Angela Ruizeveld
6	13-06-2024	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	04-07-2024	Voedingsstoffen	Millie van der Heijden
8	29-08-2024	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Esther Dorrestijn
9	12-09-2024	Beweging	Angela Ruizeveld
10	26-09-2024	Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Esther Dorrestijn, Trudy Vlot
11	10-10-2024	Coaching	Millie van der Heijden
12	17-10-2024	Coaching	Esther Dorrestijn
13	07-11-2024	Ondernemen	Millie van der Heijden
14	21-11-2024	Examentraining (extra les online variant)	Millie van der Heijden
15	12-12-2024	Examen	Esther Dorrestijn, Millie van der Heijden

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 24-03-2025 in Zaltbommel.