

Cursus: stress reductie training

### Activiteit overzicht

Rubriek/activiteit:	Spiritueel - Gezondheid Ontspannen/onthaasten
Locatie:	Nederland, Noord-Holland, Hilversum
Periode:	In overleg met deelnemers
Duur:	1 dag
Prijs:	€ 490,00
Max. deelnemers:	1
Taal:	Nederlands
Docent/Gids:	Rienje Kipp- van der Ven
Aanbieder:	Praktijk voor Hartcoherentie Hilversum
Niveau:	Alle niveaus

### Omschrijving

Het HeartMath Stress Reductie Programma is een 1 op 1 training. De training omvat 6 sessies van ongeveer een uur, verspreid over twee maanden. De resultaten zijn meteen merkbaar. De meeste deelnemers gebruiken de geleerde technieken al snel om met alledaagse stress om te gaan. In de loop van de eerste weken worden de effecten steeds krachtiger merkbaar en na drie maanden zijn de doelen meestal bereikt. U zult gaan merken dat het toepassen van de techniek vanzelfsprekend wordt in uw dagelijks leven. Bij de training wordt gebruik gemaakt van het emWave computerprogramma van HeartMath. Dit programma geeft een onmiddellijke objectieve feedback van uw innerlijke staat. U ziet daardoor direct het resultaat van uw training en dat werkt erg simulerend en motiverend. Meer uitleg vindt u op de website: [www.hartcoherentiehilversum.nl](http://www.hartcoherentiehilversum.nl) en op de website: [www.hartcoherentiebenelux.com](http://www.hartcoherentiebenelux.com)

### Docent(en)/Gids(en)

#### Rienje Kipp- van der Ven

Ik heb werkervaring opgedaan in de gezondheidszorg als maatschappelijk werker en in het onderwijs als docent, waaronder het VMBO onderwijs. Opleidingen: School voor Maatschappelijk Werk en de Voorgezette Opleiding voor Maatschappelijk Werk, lerarenopleiding (vak omgangskunde), NLP opleidingen (neuro linguïstische programmeren): de Practionersopleiding en een opleiding gericht op AD(H)D, Providers opleiding van HeartMath: het Stress Reductie Programma en een aanvullende opleiding voor het certificaat Stop Emotioneel Eten.



**Niveau**

Alle niveaus

**Datum(s)/Periode(n)**

In overleg met deelnemers

**Locatie**

Koningsstraat 40  
1211NP Hilversum, Noord-Holland  
Nederland

### Aanbieder

---

Praktijk voor Hartcoherentie Hilversum

Mevr. Rienje Kipp- van der Ven

E-mail:

[info@paks-coaching.nl](mailto:info@paks-coaching.nl)

Website:

<http://www.hartcoherentiehilversum.nl>

Telefoon:

+31 (0)35 - 7728711

Adres

Koningsstraat 40  
1211NP Hilversum  
Nederland

Bedrijfsfoto



Bedrijfsbrochure

Aantal docenten:

1

Organiseert:

Cursussen

### Omschrijving organisatie

---

Hartcoherentie Hilversum biedt twee gerichte trainingsprogramma's aan: 1. het Stress Reductie Programma en 2. het Stop Emotioneel Eten Programma (zonder dieet!) De trainingen zijn individueel gericht. U werkt met een werkboek en wordt ondersteund met een computerprogramma van HeartMath. De programma's zijn wetenschappelijk uitgetest en de resultaten zijn zeer goed. U hoeft per dag maar 10-15 uw oefeningen te doen. In 6-8 sessies hebt u uw doel bereikt. Dit is verspreid over een periode van 2-3 maanden. Hartcoherentie houdt in dat een beter evenwicht vindt tussen uw hartgevoelens en hartintelligentie en uw brein. Dit geeft een enorme boost aan uw gezondheid. Resultaten zijn: beter slapen, betere concentratie, uithoudingsvermogen, sterkere wilskracht, meer energie en vitaliteit.

### Opmerkingen

---

Verdere informatie vindt u op de volgende website: [www.hartcoherentiehilversum.nl](http://www.hartcoherentiehilversum.nl) U kunt ook e-mailen: [info@paks-coaching.nl](mailto:info@paks-coaching.nl)

### Fotomateriaal



zo ziet het computerbeeld van HeartMath eruit.