

Cursus: stop emotioneel eten

Activiteit overzicht

Rubriek/activiteit:	Spiritueel - Gezondheid Voeding
Locatie:	Nederland, Noord-Holland, Hilversum
Periode:	Onbekend
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 trainingsprogramma Stop Emotioneel Eten is een succesvol, wetenschappelijk onderbouwd programma, ontwikkeld door het HeartMath instituut. Het ondersteunt je om duurzaam af te rekenen met overgewicht, wook als je je aan een bepaald dieet wilt houden. Met behulp van eenvoudige en effectieve oefeningen van ademhaling en concentratie leer je zelf grip te krijgen op je fysiologie, emoties en overgewicht. Dit doen we door methodes en technieken te gebruiken, die op het lichaam inwerken, zoals hartcoherentie. Als je je hartritme positief weet aan te sturen, kun je stress en emoties beter in de hand houden en daarmee ook je voedingspatroon beter managen.

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)

Onbekend

Locatie

Koningsstraat 40
1211 NP Hilversum, Noord-Holland
Nederland

Aanbieder

Praktijk voor Hartcoherentie Hilversum

Mevr. Rienje Kipp- van der Ven

E-mail:

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

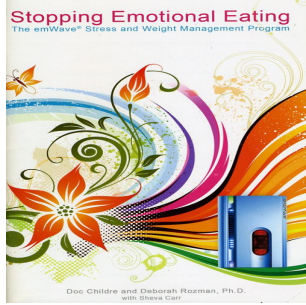
Omschrijving organisatie

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 U kunt ook e-mailen: info@paks-coaching.nl

Fotomateriaal



img238.jpg