

BASIS

5 sessies

€595,-

“In vijf sessies de juiste keuzes leren maken en werken van je droom naar realiteit”

- Een uitgebreide intake
 - Metingen lichaamssamenstelling
 - Vergroten van kennis & knowhow
- Inzicht zelfsturing en maken eigen voedingsplan
 - Training succesdiscipline
- Snelle, gezonde en makkelijke maaltijden
 - Succes omarmen
- Focuspunten als; energie, herstel, fitheid én prestatie

UITBREIDING

3 sessies

€395,-

“Wanneer wat meer sturing handig is”

- Meer concrete sturing wanneer nodig
 - Aanvullende voorbeeldmenu's
 - Metingen lichaamssamenstelling

CHECK-UP

5 sessies

€245,-

“Een check-up en stok achter de deur”

- Metingen lichaamssamenstelling
 - Sparren en puntjes op de i

QUICK SCAN

2 sessies

€165,-

“Een snelle blik”

- Intake met voorbeelddagmenu
- 1 vervolconsult met meting lichaamssamenstelling

TELEFONISCH / EMAIL CONSULTING

Per (korte)
sessie

€16,25,-

Josette inhuren als
spreker?

Leuk!

Vraag naar de
mogelijkheden