

Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2025

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 | 27-03-2025 | Introductie leefstijlcoaching | Esther Dorrestijn |
| 2 | 10-04-2025 | Anatomie & Fysiologie | Joyce Bloem |
| 3 | 08-05-2025 | Gedragsanalyses & Leefstijlchecks | Esther Dorrestijn |
| 4 | 22-05-2025 | Stress | Esther Dorrestijn |
| 5 | 05-06-2025 | Communicatie en gesprekstechnieken | Angela Ruizeveld |
| 6 | 19-06-2025 | Ontspanning & Slaap | Irma Leijten |
| 7 | 03-07-2025 | Voedingsstoffen | Angela Ruizeveld |
| 8 | 04-09-2025 | Visie op voeding, eetgedrag en coaching | Angela Ruizeveld |
| 9 | 18-09-2025 | Beweging | Esther Dorrestijn |
| 10 | 02-10-2025 | Gewoonte, verslaving & gedragsverandering | Esther Dorrestijn, Trudy Vlot |
| 11 | 09-10-2025 | Coaching | Millie van der Heijden |
| 12 | 30-10-2025 | Coaching | Esther Dorrestijn |
| 13 | 13-11-2025 | Ondernemen | Millie van der Heijden |
| 14 | 04-12-2025 | Extra les online | Millie van der Heijden |
| 15 | 18-12-2025 | Examen | Esther Dorrestijn, Millie van der Heijden |

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 23-03-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2025

Hedel



Hoofddocent: Millie van der Heijden

Locatie: Hoofdkantoor Sonneveld - Architronlaan 2-60A - 5321 JJ - Hedel

Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

| Les | Datum | Inhoud van de lessen | Docent(en) |
|-----|------------|---|---|
| 1 | 14-03-2025 | Introductie leefstijlcoaching | Millie van der Heijden |
| 2 | 28-03-2025 | Anatomie & Fysiologie | Joyce Bloem |
| 3 | 11-04-2025 | Gedragsanalyses & Leefstijlchecks | Millie van der Heijden |
| 4 | 16-05-2025 | Stress | Esther Dorrestijn |
| 5 | 30-05-2025 | Communicatie en gesprekstechnieken | Millie van der Heijden |
| 6 | 13-06-2025 | Ontspanning & Slaap | Irma Leijten |
| 7 | 27-06-2025 | Voedingsstoffen | Millie van der Heijden |
| 8 | 29-08-2025 | Visie op voeding, eetgedrag en coaching | Millie van der Heijden |
| 9 | 19-09-2025 | Beweging | Millie van der Heijden |
| 10 | 03-10-2025 | Gewoonte, verslaving & gedragsverandering | Millie van der Heijden, Trudy Vlot |
| 11 | 31-10-2025 | Coaching | Anita Eggink |
| 12 | 14-11-2025 | Coaching | Millie van der Heijden |
| 13 | 28-11-2025 | Ondernemen | Anita Eggink |
| 14 | 12-12-2025 | Examen | Esther Dorrestijn, Millie van der Heijden |

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 23-03-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2025

Etten-Leur



Hoofddocent: Millie van der Heijden

Locatie: Fletcher Wellness-hotel Trivium - Trivium 72 - 4873LP - Etten-Leur

Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

| Les | Datum | Inhoud van de lessen | Docent(en) |
|-----|------------|---|--------------------------------------|
| 1 | 21-03-2025 | Introductie leefstijlcoaching | Millie van der Heijden |
| 2 | 04-04-2025 | Anatomie & Fysiologie | Joyce Bloem |
| 3 | 09-05-2025 | Gedragsanalyses & Leefstijlchecks | Jennifer de Jonge-Wierda |
| 4 | 23-05-2025 | Stress | Anita Eggink |
| 5 | 06-06-2025 | Communicatie en gesprekstechnieken | Anita Eggink |
| 6 | 20-06-2025 | Ontspanning & Slaap | Irma Leijten |
| 7 | 04-07-2025 | Voedingsstoffen | Millie van der Heijden |
| 8 | 05-09-2025 | Visie op voeding, eetgedrag en coaching | Millie van der Heijden |
| 9 | 26-09-2025 | Beweging | Angela Ruizeveld |
| 10 | 10-10-2025 | Gewoonte, verslaving & gedragsverandering | Millie van der Heijden, Trudy Vlot |
| 11 | 07-11-2025 | Coaching | Millie van der Heijden |
| 12 | 21-11-2025 | Coaching | Millie van der Heijden |
| 13 | 05-12-2025 | Ondernemen | Millie van der Heijden |
| 14 | 19-12-2025 | Examen | Anita Eggink, Millie van der Heijden |

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 23-03-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2025

Amsterdam



Hoofddocent: Esther Dorrestijn
Locatie: BCN - Hoogoorddreef 5 - 1101 BA - Amsterdam
Dag en lestijd: zaterdag 09:30 - 16:30 uur

| Les | Datum | Inhoud van de lessen | Docent(en) |
|-----|------------|---|---|
| 1 | 22-03-2025 | Introductie leefstijlcoaching | Esther Dorrestijn |
| 2 | 05-04-2025 | Anatomie & Fysiologie | Joyce Bloem |
| 3 | 19-04-2025 | Gedragsanalyses & Leefstijlchecks | Anita Eggink |
| 4 | 10-05-2025 | Stress | Esther Dorrestijn |
| 5 | 24-05-2025 | Communicatie en gesprekstechnieken | Angela Ruizeveld |
| 6 | 07-06-2025 | Ontspanning & Slaap | Irma Leijten |
| 7 | 21-06-2025 | Voedingsstoffen | Angela Ruizeveld |
| 8 | 06-09-2025 | Visie op voeding, eetgedrag en coaching | Esther Dorrestijn |
| 9 | 20-09-2025 | Beweging | Angela Ruizeveld |
| 10 | 11-10-2025 | Gewoonte, verslaving & gedragsverandering | Esther Dorrestijn, Trudy Vlot |
| 11 | 08-11-2025 | Coaching | Anita Eggink |
| 12 | 22-11-2025 | Coaching | Esther Dorrestijn |
| 13 | 06-12-2025 | Ondernemen | Angela Ruizeveld |
| 14 | 20-12-2025 | Examen | Esther Dorrestijn, Millie van der Heijden |

Let wel:
Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 23-03-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Voorjaar 2025

Nieuwegein



Hoofddocent: Angela Ruizeveld

Locatie: Vijfhart Trainingscentrum - Iepenhoeve 9a - 3438MR - Nieuwegein

Dag en lestijd: zaterdag 09:30 - 16:30 uur

| Les | Datum | Inhoud van de lessen | Docent(en) |
|-----|------------|---|---|
| 1 | 15-03-2025 | Introductie leefstijlcoaching | Esther Dorrestijn |
| 2 | 29-03-2025 | Anatomie & Fysiologie | Joyce Bloem |
| 3 | 12-04-2025 | Gedragsanalyses & Leefstijlchecks | Angela Ruizeveld |
| 4 | 17-05-2025 | Stress | Anita Eggink |
| 5 | 31-05-2025 | Communicatie en gesprekstechnieken | Esther Dorrestijn |
| 6 | 14-06-2025 | Ontspanning & Slaap | Irma Leijten |
| 7 | 28-06-2025 | Voedingsstoffen | Millie van der Heijden |
| 8 | 13-09-2025 | Visie op voeding, eetgedrag en coaching | Esther Dorrestijn |
| 9 | 27-09-2025 | Beweging | Angela Ruizeveld |
| 10 | 04-10-2025 | Gewoonte, verslaving & gedragsverandering | Anita Eggink, Trudy Vlot |
| 11 | 01-11-2025 | Coaching | Angela Ruizeveld |
| 12 | 15-11-2025 | Coaching | Anita Eggink |
| 13 | 29-11-2025 | Ondernemen | Esther Dorrestijn |
| 14 | 13-12-2025 | Examen | Esther Dorrestijn, Millie van der Heijden |

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 23-03-2026 in Zaltbommel.