

# 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	Esther Dorrestijn
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	Esther Dorrestijn
12	30-10-2025	Coaching	Esther Dorrestijn
13	13-11-2025	Ondernemen	Esther Dorrestijn
14	04-12-2025	Extra les (alleen bij de volledige online opleiding)	Esther Dorrestijn
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	Millie van der Heijden
5	30-05-2025	Communicatie en gesprekstechnieken	Millie van der Heijden
6	13-06-2025	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	27-06-2025	Voedingsstoffen	Angela Ruizeveld
8	29-08-2025	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Millie van der Heijden
9	19-09-2025	Beweging	Angela Ruizeveld
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	Millie van der Heijden
14	12-12-2025	Examen	Angela Ruizeveld, 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	Angela Ruizeveld
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	Angela Ruizeveld
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	Angela Ruizeveld
6	14-06-2025	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	28-06-2025	Voedingsstoffen	Angela Ruizeveld
8	13-09-2025	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Angela Ruizeveld
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	Angela Ruizeveld
14	13-12-2025	Examen	Angela Ruizeveld, 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.