

Premium Coachingstraject: Holistische Gezondheid, Afslanken & Persoonlijke Begeleiding



Bij Een Maatje Minder hebben we jarenlang gewerkt aan de perfecte formule om vrouwen zoals jij te ondersteunen in hun reis naar een gezonder lichaam en geest.

Met de verzamelde kennis uit het begeleiden van meer dan 15.000 vrouwen, zijn we trots om ons nieuwe en exclusieve coachingstraject te introduceren.

Een Persoonlijke Benadering:

We begrijpen dat iedereen uniek is. Daarom bieden we jou een op maat gemaakt voedingsplan, gebaseerd op onze wetenschappelijk onderbouwde methode, en een gepersonaliseerd sportplan.

Sporten is een keuze, geen verplichting. Hiermee garanderen we dat het programma aansluit bij jouw levensstijl en doelen.

Verdieping & Ondersteuning:

Elke week krijg je de kans om dieper in te gaan op jouw persoonlijke uitdagingen. Met een wekelijkse call met mij, Jeroen, voor mentale ondersteuning en een aanvullende call met toonaangevende experts op gebieden zoals hormoonbalans,

voeding, beweging, slaap, dieetpsychologie en gedragsverandering weet je zeker dat je alle tools in handen hebt om te slagen.

Leer op Jouw Manier:

Een combinatie van al onze succesvolle programma's over afslanken, gewichtsbehoud, emotie-eten, afslanken in de overgang, recepten, en strategieën voor een strakkere huid, samengebracht in één allesomvattende zelfstudiecursus. Deze is voorzien van interactieve quizzes om je kennis te toetsen en je voortgang te volgen.

Community, Vragen stellen & Ondersteuning:

Word lid van onze exclusieve besloten Facebookgroep. Hierin kun je vragen stellen, ervaringen delen en zul je merken dat je vragen binnen 24 uur beantwoord worden door onze experts. Oftewel, korte lijntjes, persoonlijk contact en precies altijd snel antwoord op al je vragen.

Daarnaast is er de mogelijkheid om meerdere persoonlijke 1-op-1 gesprekken met mij (Jeroen) te doen voor extra begeleiding. We doen er samen alles aan om jouw ideale figuur te bereiken.

Een 12-Weekse Reis:

Dit coachingstraject loopt over een periode van 12 weken, volledig online. Geen fysieke checks of weegmomenten, maar wel de zekerheid van een programma dat werkt.

Exclusieve groep:

We geloven sterk in de waarde van dit programma en zijn op zoek naar gemotiveerde vrouwen die deel willen uitmaken van de nieuwe lichting die start op 26 februari.

We hebben slechts ruimte voor een beperkt aantal deelnemers om de kwaliteit en persoonlijke aandacht te garanderen. Ben je klaar voor deze uitdaging?

Meld je dan aan voor een intakegesprek via de onderstaande link.

[>> Klik hier om naar het aanmeldformulier te gaan <<](#)