



Dé 10 synergie principes voor de beste vorm op elke leeftijd

27 & 28 november 2021

Inschrijvingsformulier

Invullen en terug mailen aan sonja.kimpen@synergie.be

Naam en voornaam:

Adres:

Postcode:

E-mail:

Datum: 23 & 24 oktober

Gemeente:

Gsm-nummer:

BTW nummer:

Prijs € 399 (inclusief 21% BTW) Inschrijving geldig mits betaling op rekeningnummer
IBAN: BE70 001 461 84 1025 met van je naam en BOOSTWEEKEND

Naar wat kijk je het meeste uit?

- Anders naar emoties kijken.
- Je verzadigingsgevoel afstemmen op de vorm die jij wil.
- Een antwoord hebben op je vragen en persoonlijke uitdagingen.
- Strategieën kennen om je oude gewoontepatronen te verbreken.
- Anders naar voeding kijken, anders voeding kiezen en anders eten.
- Weet je hoe je jezelf doorheen de dag kleine bewegingsprikkels kan geven.
- Gelijkgestemden ontmoet hebben, wat een extra boost geeft aan motivatie.
- Weten hoe jij ook kan genieten van discipline.
- Goed voor jezelf zorgen d.m.v. een nieuwe manier van denken.
- Zal je stoppen met strijden tegen je lichaam maar synergetische samenwerken met je lichaam.
- Genieten van vaardigheden die je ook voor andere domeinen kan gebruiken.
- Jezelf beter kennen met als voordeel oude overtuigingen los te laten die je geen stap en hap verder helpen naar 'lekker in je vel'.

Om te winnen moet je beginnen!

- Ik ken sonja van boeken, Website, nieuwsbrief, Facebook, LinkedIn, Instagram, tv,
- Ik heb al boeken van haar gelezen
- welk(e) boek(en):
- Ik ben bekend met Sonja's 10 Synergie principes voor de beste vorm op elke leeftijd
- Alles is voor mij nieuw
- Ik ben fan van gezonde levensstijl
- Ik ben professioneel met gezondheidscoaching bezig