

## **Mijn missie**

**Categorie : Over Ons**

**Gepubliceerd door [Admin](#) op 19/1/2012**

Mijn missie

Mijn missie is om een gezonde levensstijl voor iedereen bereikbaar te maken. En samen met u, uw doelstellingen te bereiken. Die doelstellingen kunnen voor iedereen anders zijn. U kunt bij mij o.a terecht voor: gewichtsafname, figuurverbetering, krachtstoename, spieropbouw. Verder kan ik ondersteunen in het aanmeten van een gezonde levensstijl zodat de kans op het jojo effect miniem wordt. U zult zien sporten wordt een onderdeel van uw leven, en wie weet gaat u het nog leuk vinden ook!

Mijn doel is om mijn cliënten te helpen hun doelstelling te bereiken door te hun mogelijkheden te bepalen, en een plan te maken dat hen vooruit helpt.

Drie speerpunten van mijn trainingsfilosofie

1. Het gaat om mijn cliënt en zijn/haar doelstelling, dat wordt mijn doelstelling
2. Voordat ik aan de gang kan gaan, ongeacht zijn/haar doelstelling, moet ik beoordelen waar de cliënt nu staat, wat zijn/haar mogelijkheden zijn en of er dingen in de weg staan/ die het invloed hebben op het behalen van de doelstelling.
3. Mijn programma moet de cliënt vooruit helpen richting de doelstelling.