



## Lesrooster Najaar 2023

**Opleiding:** Leefstijlcoach  
**Docent:** Geesje Bluijssen, Trudy Vlot, Lya Young-Afat, Mado Remkes, Rayen Bindraban  
**Lestijden:** 10:00 – 17:00 uur  
**Lesdag:** Vrijdag  
**Locatie:** Utrecht

### Lesdagen

#### Module 1 Coachvaardigheden (3 dagen, Geesje Bluijssen)

1. 8 september 2023
2. 15 september 2023
3. 22 september 2023

#### Module 2: Inleiding leefstijl, motivatie en gedragsverandering (3 dagen, Trudy Vlot)

4. 13 oktober 2023
5. 10 november 2023
6. 24 november 2023

#### Module 3: Fysiologie, neurologie en pathologie (3 dagen, Trudy Vlot)

7. 8 december 2023
8. 19 januari 2024
9. 2 februari 2024

#### Module 4: Voeding en darmgezondheid (2 dagen, Trudy Vlot)

10. 1 maart 2024
11. 15 maart 2024

#### Module 5: Lichaamsbewustzijn, ontspanning en zingeving (2 dagen, Mado Remkes)

12. 12 april 2024
13. 26 april 2024

#### Module 6: Anatomie en beweging (2 dagen, Rayen Bindraban)

14. 17 mei 2024
15. 31 mei 2024

#### Module 7: Verslaving (1 dag, Lya Young-Afat)

16. 21 juni 2024

#### Module 8 : Praktijkvoering (1 dag, Trudy Vlot)

17. 5 juli 2024

### Aanwezigheidsplicht

Om het diploma te kunnen behalen, worden studenten geacht om:

- 100% van de lessen aanwezig te zijn voor module 1 Coachvaardigheden (3 lesdagen).
- Minimaal 90% van de lessen aanwezig te zijn voor de modules 2 t/m 8, waarbij er voor de eerste lesdag van module 2 (Inleiding leefstijl, motivatie en gedragsverandering) en de laatste lesdag van module 8 (Praktijkvoering) verplichte aanwezigheid geldt. Deze lesdagen kunnen dus niet gemist worden.