



Je diploma op zak!

En nu?

Inspirerende
vervolgopleidingen



Sonnevelt 
Opleiders voor vitaal leven

Wil je...

... je specialiseren in werken met kinderen en jongeren?

Kies dan voor Kindercoach of Kindercoach HSP, Jongerencoach en/of Levenscoach (denk aan de ouders).

... voor jezelf meer rust in het hoofd, leven vanuit het hart en dit overbrengen aan anderen?

Tune eens in op Energetisch Coach.

... je specialiseren in voeding?

Dan zijn Natuurvoedingsadviseur, Gewichtconsulent en Trainer Hormoonfactor heel goed te verteren!

... werken vanuit positieve gezondheid?

Kies dan voor Leefstijlcoach, want gezondheid is meer dan de afwezigheid van ziekte.

... je verdiepen in levensvragen?

Dan passen Basis Coach, Levenscoach, Mental Coach, Relatiecoach, Seniorencoach en Stervensbegeleider bij jou.

... stressfactoren en spanningsklachten reduceren?

Kies dan voor Stress en Burn-out Coach, zowel preventief als curatief in te zetten.

... je opleiding combineren met lichaamswerk?

Dan past Lichaamsgericht Coach daar perfect bij.

... beweging integreren in een gezonde leefstijl?

Beweegcoach leid je op, om voor cliënten een beweegplan op te stellen en ze te motiveren en te begeleiden tijdens het bewegen en sporten.

... gezondheidsmanagement maken m.b.t. vitaliteit in het bedrijfsleven?

Als Vitaliteitsadviseur weet je organisaties en medewerkers in beweging te brengen.

[Naar het opleidingsaanbod >>](#)

Combineer optimaal voor een zekere toekomst!

Vitaliteitscoach is het paradedepaardje op het gebied van vitaliteits- en gezondheidsmanagement. Je ontwikkelt je als specialist op het gebied van een gezonde levensstijl.

Opleiding Vitaliteitscoach

Een vitaliteitscoach werkt vanuit een integrale visie; dat wil zeggen dat er naar een balans wordt gezocht tussen lichamelijk, geestelijk en maatschappelijk welbevinden.

De opleiding bestaat uit 3 delen. Heb je op alle 3 gebieden een opleiding (tegelijk of in willekeurige volgorde) succesvol afgerond dan ben je Vitaliteitscoach.



Opleiding Vitaliteitscoach bestaat uit:

1 Basisopleiding Stress en coaching

Stress en
Burn-out Coach

2 Keuze uit één opleiding Mentaal Vitaal

Basis Coach

Mental Coach

3 Keuze uit één opleiding Fysiek Vitaal

Beweegcoach

Gewichtsconsulent

Lichaamsgericht
Coach

Natuurvoedings
adviseur

Trainer
Hormoonfactor

[Bekijk hier ons aanbod](#)

Volg je liever een nascholingscursus en wil je...

... cliënten coachen naar meer zelfvertrouwen?

Leer de kennis en vaardigheden tijdens de 2- daagse nascholingscursus 'Coachen op (zelf)vertrouwen'.

... grip krijgen op slaap en weten hoe je energiek de dag begint?

Tijdens de 4-daagse nascholingscursus 'Slaapcoach' leer je mensen helpen om weer grip te krijgen op hun slaap en daarmee hun levensenergie.

... aan de slag met een positieve mindset en geluk?

Na de 4-daagse cursus Coachen op positief denken kun je de nieuwste inzichten over (mentale) gezondheid in relatie tot geluk toepassen. En in de 2- daagse nascholingscursus 'Psyche en gewicht' leer je hoe je (on)bewuste eetpatronen en emotie-eten doorbreekt, wat ook positief bijdraagt aan je geluksgevoel.

... cliënten beter kunnen begeleiden in hun rouwproces?

Dan is de 1-daagse 'Vitaal rouwen' de cursus voor jou. Je leert cliënten helpen tijd te nemen voor hun verdriet én vitaal te blijven in tijden van rouw.

... aanraking en het lichaam inzetten bij het verwerken van emoties?

Volg dan de 1-daagse nascholingscursus 'De 6 aanrakingen', waarin je leert emoties te verwerken en te transformeren met behulp van shiatsu.

... meer leren over de voeding en gezondheid?

Ontdek in de 2-daagse nascholingscursus 'Darmvitaal' dat je darmen niet alleen invloed hebben op de spijsvertering, maar ook op de energie, het gewicht en zelfs op de emoties en mindset van je cliënt. En tijdens de 1-daagse 'Overgang en voeding' leer je hoe je met voeding je lichaam kan voorbereiden op de overgang.

... meer weten over de invloed van ademhaling op vitaliteit?

Ontdek tijdens de 4-daagse nascholingscursus 'Ademhaling en vitaliteit' de adem als tool voor een meer ontspannen leven, heling en transformatie en persoonlijke ontwikkeling.

... hardlopen inzetten bij psychische klachten?

Na de 3-daagse nascholingscursus 'Runningstherapie' weet je als geen ander hoe hardlopen revaliderend werkt bij symptomen als vermoeidheid, prikkelbaarheid, angstklachten en hart-gerelateerde klachten bij mensen die kampen met een depressie, burn-out, hartfalen of chemokuren volgen.

[Naar alle nascholingscursussen >>](#)



Hoe onderscheid

jij je?

Ontdek de vervolgopleiding die bij jou past. Doe de test!

Ga naar onze website en vul de 16 vragen in van onze studiekeuzetest, herken je persoonlijkheidsstype en ontdek welke opleidingen daar goed bij aansluiten.

Je ontvangt direct GRATIS een persoonlijk rapport over welke opleidingen bij jou passen.

Meer informatie

Bel ons gerust 0418 51 57 82

Of mail naar info@sonneveltopleidingen.nl

Uitgebreide informatie vind je op onze website.

www.sonneveltopleidingen.nl