

Leefstijlcoach ~ Najaar 2025

via Zoom



Hoofddocent: Angela Ruizeveld
Locatie: Online - null - null - via Zoom
Dag en lestijd: donderdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	06-11-2025	Introductie leefstijlcoaching	Angela Ruizeveld
2	13-11-2025	Anatomie & Fysiologie	Saira Moeniralam
3	27-11-2025	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Angela Ruizeveld
4	11-12-2025	Stress	Esther Dorrestijn
5	08-01-2026	Communicatie en gesprekstechnieken	Esther Dorrestijn
6	22-01-2026	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	05-02-2026	Voedingsstoffen	Millie van der Heijden
8	05-03-2026	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Millie van der Heijden
9	26-03-2026	Beweging	Angela Ruizeveld
10	09-04-2026	Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Esther Dorrestijn, Trudy Vlot
11	23-04-2026	Coaching	Esther Dorrestijn
12	21-05-2026	Coaching	Esther Dorrestijn
13	04-06-2026	Ondernemen	Millie van der Heijden
14	18-06-2026	Examentraining, extra les online variant	Angela Ruizeveld
15	02-07-2026	Examen	Angela Ruizeveld, Millie van der Heijden

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 11-09-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Najaar 2025

Hedel



Hoofddocent: Millie van der Heijden

Locatie: Hoofdkantoor Sonneveld - Architronlaan 2-60A - 5321 JJ - Hedel

Dag en lestijd: donderdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	09-10-2025	Introductie leefstijlcoaching	Millie van der Heijden
2	06-11-2025	Anatomie & Fysiologie	Saira Moeniralam
3	20-11-2025	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Millie van der Heijden
4	04-12-2025	Stress	Angela Ruizeveld
5	18-12-2025	Communicatie en gesprekstechnieken	Angela Ruizeveld
6	15-01-2026	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	29-01-2026	Voedingsstoffen	Millie van der Heijden
8	12-02-2026	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Millie van der Heijden
9	05-03-2026	Beweging	Angela Ruizeveld
10	19-03-2026	Online: Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Millie van der Heijden, Trudy Vlot
11	02-04-2026	Coaching	Angela Ruizeveld
12	16-04-2026	Coaching	Angela Ruizeveld
13	21-05-2026	Online: Ondernemen	Millie van der Heijden
14	11-06-2026	Examen	Angela Ruizeveld, Millie van der Heijden

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 11-09-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Najaar 2025

Nieuwegein



Hoofddocent: Angela Ruizeveld

Locatie: Vijfhart Trainingscentrum - Iepenhoeve 9a - 3438MR - Nieuwegein

Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	10-10-2025	Introductie leefstijlcoaching	Angela Ruizeveld
2	31-10-2025	Anatomie & Fysiologie	Saira Moeniralam
3	14-11-2025	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Esther Dorrestijn
4	21-11-2025	Stress	Angela Ruizeveld
5	05-12-2025	Communicatie en gesprekstechnieken	Angela Ruizeveld
6	19-12-2025	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	16-01-2026	Voedingsstoffen	Esther Dorrestijn
8	30-01-2026	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Millie van der Heijden
9	13-02-2026	Beweging	Angela Ruizeveld
10	13-03-2026	Online: Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Millie van der Heijden, Trudy Vlot
11	27-03-2026	Coaching	Esther Dorrestijn
12	17-04-2026	Coaching	Angela Ruizeveld
13	29-05-2026	Online: Ondernemen	Esther Dorrestijn
14	12-06-2026	Examen	Angela Ruizeveld, Millie van der Heijden

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 11-09-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Najaar 2025

Eindhoven



Hoofddocent: Millie van der Heijden

Locatie: Master IT Lokaal 3 - Fellenoord 170 - 5611 ZB - Eindhoven

Dag en lestijd: vrijdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	31-10-2025	Introductie leefstijlcoaching	Millie van der Heijden
2	07-11-2025	Anatomie & Fysiologie	Saira Moeniralam
3	28-11-2025	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Angela Ruizeveld
4	12-12-2025	Stress	Angela Ruizeveld
5	09-01-2026	Communicatie en gesprekstechnieken	Millie van der Heijden
6	23-01-2026	Ontspanning & Slaap	Irma Leijten
7	06-02-2026	Voedingsstoffen	Angela Ruizeveld
8	06-03-2026	Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Millie van der Heijden
9	20-03-2026	Beweging	Millie van der Heijden
10	10-04-2026	Online: Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Millie van der Heijden, Trudy Vlot
11	24-04-2026	Coaching	Millie van der Heijden
12	22-05-2026	Coaching	Millie van der Heijden
13	05-06-2026	Online: Ondernemen	Millie van der Heijden
14	19-06-2026	Examen	Angela Ruizeveld, Millie van der Heijden

Let wel:

Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 11-09-2026 in Zaltbommel.

Leefstijlcoach ~ Najaar 2025

Amsterdam



Hoofddocent: Esther Dorrestijn
Locatie: BCN - Hoogoorddreef 5 - 1101 BA - Amsterdam
Dag en lestijd: zaterdag 09:30 - 16:30 uur

Les	Datum	Inhoud van de lessen	Docent(en)
1	04-10-2025	Introductie leefstijlcoaching	Esther Dorrestijn
2	11-10-2025	Anatomie & Fysiologie	Esther Dorrestijn
3	01-11-2025	Gedragsanalyses & Leefstijlchecks	Esther Dorrestijn
4	15-11-2025	Stress	Esther Dorrestijn
5	29-11-2025	Communicatie en gesprekstechnieken	Esther Dorrestijn
6	13-12-2025	Ontspanning & Slaap	Esther Dorrestijn
7	10-01-2026	Voedingsstoffen	Esther Dorrestijn
8	07-02-2026	Beweging	Esther Dorrestijn
9	28-02-2026	Online: Visie op voeding, eetgedrag en coaching	Esther Dorrestijn
10	07-03-2026	Online: Gewoonte, verslaving & gedragsverandering	Esther Dorrestijn
11	21-03-2026	Coaching	Esther Dorrestijn
12	11-04-2026	Coaching	Esther Dorrestijn
13	25-04-2026	Online: Ondernemen	Esther Dorrestijn
14	23-05-2026	Examen	Esther Dorrestijn

Let wel:
Dit lesrooster is onder voorbehoud van wijzigingen.

Het herexamen voor deze opleiding vindt plaats op 22-06-2026 in Zaltbommel.