



Zakelijke Trainer

Haal eruit wat erin zit!



Training Vitaliteit

Training Vitaliteit

Training Vitaliteit

De training Vitaliteit is uitermate geschikt voor teams die aan de slag willen met het vergroten van hun persoonlijke en gezamenlijke vitaliteit om zo met positieve energie een duurzame bijdrage te leveren.

- ✓ Meer grip op duurzame vitaliteit
- ✓ Bewuster van eigen vitaliteit
- ✓ Sneller terug in balans en energiek
- ✓ Minder (langdurig) ziekteverzuim
- ✓ Grotere fysieke, mentale en spirituele fitheid
- ✓ Opener spreken over zorgen over vitaliteit

De training Vitaliteit in het kort

Wie wil dat nu niet? Een energiek leven waar je fysieke, mentale, sociale en spirituele fitheid in balans zijn! Het is voor weinig werkenden een vanzelfsprekendheid, maar het is mogelijk. Ook voor jou. Tijdens de training Vitaliteit delen we niet alleen meer informatie over deze vormen van fitheid, we onderzoeken ook waar je op dit moment staat. Wat is er nodig om persoonlijk, als team en als organisatie vitaler te zijn?

Vitale medewerkers zijn positief, productief en energiek. Wat fijn om met zulke mensen te werken. Natuurlijk ben je in eerste instantie zelf verantwoordelijk voor je fitheid, maar de werkomgeving speelt ook een belangrijke rol. Voel je je goed op je werk? Welke doelen heb je en krijg je de mogelijkheid daar aan te werken? Waar maak jij je zorgen over? Word je gehoord en gezien? Tijdens de training Vitaliteit onderzoeken we wat een open cultuur doet voor de vitaliteit.

We gaan actief aan de slag met het in beeld brengen van je persoonlijke vitaliteit maar ook met die van jullie team. Wat kan je doen om je fysieke, mentale, sociale en spirituele fitheid op te vijzen? Aan de hand van interactieve oefeningen gaan we het gesprek aan met elkaar. Tijdens de training Vitaliteit krijg je inzichten en handvatten om blokkades om te zetten in een evenwichtige en duurzame balans.

Training Vitaliteit

Iedere organisatie, ieder team is anders. Wij kijken graag met je mee waar de behoefte ligt en passen de inhoud van de training daarop aan. Zodat jullie eruit halen wat erin zit! De training wordt incompany gegeven.

Wat levert de training Vitaliteit op?

- ✓ Inzicht in persoonlijke- en teamvitaliteit
- ✓ Weten hoe je vitaliteit vergroot
- ✓ Open communiceren over zorgen omtrent vitaliteit
- ✓ Kunnen herkennen van blokkades en stresssignalen
- ✓ Beseffen wat energiegevers en energievreters zijn
- ✓ Kunnen voorkomen van (langdurig) ziekteverzuim

Aanpak tijdens de training Vitaliteit?

Het uitgangspunt van elke training die wij verzorgen is: haal eruit wat erin zit! Onze aanpak is persoonlijk en interactief. Er is ruimte om te experimenteren en de training is gericht op het opdoen van (succes)ervaringen. We hebben een nieuwsgierige houding en stimuleren de verbinding.

En de investering?

De investering is afhankelijk van de groepsgrootte en de duur van de training. De training Vitaliteit is vanaf 2590 (exclusief 21% btw) voor een dag te boeken. Neem voor een offerte op maat contact op via info@zakelijketrainer.nl of bel 085-0608940.

Training Vitaliteit

Wat zeggen jullie voorgangers?

'De mix van reflectie en luchtigheid was zeer professioneel.' Lex – Proponent

'Het was mooi om te zien hoe de trainer met haar enthousiasme onze medewerkers uit hun comfortzone kreeg.' Angela – Hoogendoorn Growth Management

Onze klanten zijn niet alleen zeer te spreken over de inhoud van onze trainingen, zij waarderen ook onze persoonlijke, snelle en vriendelijke benadering. Onze opdrachtgevers beoordelen onze dienst dan ook met bijna een 9! Op onze [website](#) kun je meer lezen over onze referenties.



Training Vitaliteit

Over Zakelijke Trainer

Samen met ons team van bevoegen trainers helpen wij organisaties om mensen en teams te laten excelleren en bewuster te worden. Ons motto?

Haal eruit wat erin zit!

Wij geloven dat er meer zit in ieder mens. Soms op vlakken die zichtbaar zijn in de dagelijkse praktijk, maar vaak gaat het om talent of gedrag dat niet direct zichtbaar is. Door dit op een juiste manier in beeld te brengen én door mensen in beweging te krijgen, kan het potentieel tot maximaal worden benut. Zowel op individueel- als op groepsniveau.

Persoonlijk contact

Persoonlijk contact staat voor ons voorop en we denken graag met je mee over de mogelijkheden, zodat jij je beoogde doel behaalt. Onze trainingen zijn maatwerk. En door onze goede intake en nazorg heb je optimaal profijt van een training via Zakelijke Trainer. Wil jij eruit halen wat erin zit met je team of op individueel niveau? Wij vertellen je graag over de mogelijkheden.



Neem contact op met ons sales team: info@zakelijketrainer.nl of bel 085-0608940.