



Astrid Willems

Spreker - Trainer - Auteur

A woman with curly blonde hair, wearing a bright pink sleeveless dress, stands on a stage facing a large, seated audience. She is gesturing with her right hand towards the audience. The audience consists of many people of various ages and ethnicities, all looking towards the speaker. The setting appears to be a conference or seminar.

**Op zoek naar een inspirerende en inhoudelijke spreker-trainer
op het gebied van flexibiliteit, veerkracht en balans?**

A woman with curly hair, wearing a red sleeveless dress, stands in front of a blurred city skyline at sunset. The text is overlaid on the left side of the image.

Op een praktische manier laat ik zien hoe we effectief en ontspannen met constante verandering om kunnen gaan

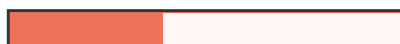
Interactieve lezing

onbeperkt aantal deelnemers

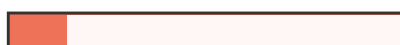
Inzichten



Technieken



Implementatie



🕒 45 min.

€ 1.100,-

Speedworkshop

maximaal 70 deelnemers

Inzichten



Technieken



Implementatie



🕒 1,5 uur

€ 1.300,-

Workshop

maximaal 25 deelnemers

Inzichten



Technieken



Implementatie



🕒 3 uur

€ 1.500,-



stijl

- * energiek en dynamisch
- * interactieve oefeningen
- * originele visuals
- * aandacht voor groepsproces



inhoud

- * inzicht in hoe ons brein patronen vormt
- * inzicht in de onbewuste communicatie tussen brein en lichaam
- * technieken voor het optimaliseren van de energiebalans



Ik zorg dat iedere deelnemer met energie vertrekt, voorzien van praktische inzichten en motiverende technieken waar men zelfstandig mee uit de voeten kan.

website



video



Of neem direct contact op!
06 26971585
info@flexdenken.com

boek

Flexdenken

