

Coachingpakketten

DE OVERGANG



Kickstart overgangcheck

- Online intake (45 min)
- Leefstijl en klachtenanalyse
- Persoonlijk advies
- Doorverwijlsadvies indien nodig
- 1 Week support via whatsapp

€ 79



Lichter leven traject (6 weken)

- Online intake
- 3 online sessies (45 min)
- Persoonlijk plan en voortgangsglog
- Check-ins via e-mail/whatsapp (1x per week)
- Tools en opdrachten (slaap/stress/voeding/grenzen)

€ 199



Premium hormoontraject (10 weken)

- Online intake
- 5 online sessies (45 min)
- Persoonlijk plan, voortgangsglog en updates
- Check-ins via e-mail/whatsapp (2x per week)
- Extra modules
- Prioriteitsondersteuning (sneller antwoord bij vragen)

€ 299

Betalen in 2 termijnen mogelijk (zonder extra kosten). Online coaching. Heldere afspraken, geen medische zorg.