

## Dag 1: Welkom op een prachtige locatie

Vanaf 15.00u heten Denise en Yolanda je van harte welkom op de luxe villa. Je komt toe op een ongedwongen prachtige locatie. Je krijgt de tijd om je te installeren en elkaar te ontmoeten met een aperitiefje en koud buffet.

We zetten ons samen in een kleine groep van maximum 15 personen die net als jij op zoek zijn naar work – life balance. We maken kennis met elkaar. Er volgt een briefing en voor we ons 's avonds terugtrekken zetten we jullie in de oefening om na te denken over de opbouw van je eigen droom.



## Dag 2: Voormiddag: Bouw aan je mindset

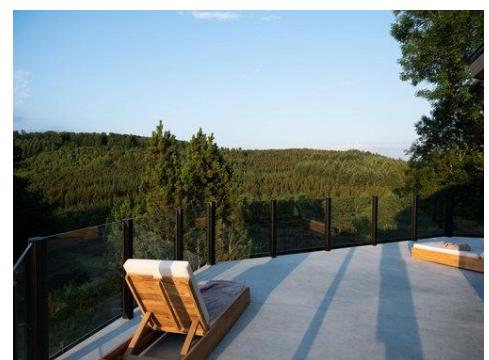
Er zijn drie grote oorzaken waarom je de gewenste resultaten niet of onvoldoende behaalt: te weinig zelfvertrouwen, angst voor het onbekende en gebrek aan visie.

We starten met een sterke teaching hoe ons brein in elkaar zit en waarom we de resultaten behalen waar ons denken is geweest. We staan stil waar we nu staan en wat we niet meer willen in ons toekomstig leven.

## Dag 2: Namiddag: Bouw je mooiste leven

Eens je weet wat je niet meer wil, kunnen we bouwen aan jouw toekomstbeeld, jouw droom. Op deze eerste dag bepaal je exact wat je wilt en vul je alle details in.

Tegen het einde van deze eerste namiddag, wéét jij dat jouw droom en jouw doelen helemaal bij jou passen. Je ziet je leven helemaal voor je en je weet dat het juist is.



### **Dag 3: voormiddag: Time stress management**

Hoe zit het met jouw energie en time management? Om je leven een andere wending te kunnen geven is het belangrijk stil te staan waar jij dagelijks je energie verliest en welke momenten jij kunt inplannen om aan je nieuwe visie te bouwen.

Dankzij de sterke ervaringseducatie halen we de grootste energievreters er uit en je weet precies hoe je moet handelen in tijden van stress.

### **Dag 3: namiddag: Breakthrough day**

We gaan jouw bewustzijn omzetten in actie en je leert alles vanuit een totaal nieuw perspectief benaderen. Je leert ervaringen uit het verleden volledig plaatsen en er valt 10 ton van je schouders af.

Je zult je eigen leven en de wereld rondom je nooit meer hetzelfde ervaren en je krijgt kalm zelfvertrouwen in de plaats.

### **Dag 3: laat avondactiviteit: Kampvuur - Ruim je leven op!**

We zijn meesters in het vasthouden wat ons niet meer dient. Dit komt enerzijds uit gewoonte en anderzijds omdat we bang zijn mensen te verliezen.

Nu, eens je je doelen juist hebt gesteld op dag 1, is bepalen wat niet meer bij je past, gemakkelijker. Je ziet het kristalhelder en je brengt jezelf in lijn met je visie. Je elimineert overtuigingen en je bepaalt wat of wie er nog in de toekomst visie past.

### **Dag 4: voormiddag: Daadkracht**

Op deze laatste ochtend gaan we alles wat je geleerd, ervaren hebt laten landen en evalueren. Het is tijd geworden om vanuit het zelfcoachmodel structuur aan te brengen en om jou in de actie te zetten, zodat je je nieuwe leven kunt aanvatten.

### **Dag 4: namiddag: Way forward**

Je bent er dan ook helemaal klaar voor. Je hebt tonnen energie om erin te vliegen. Wanneer je naar huis gaat, begint jouw leven in een nieuwe dimensie en weet je exact wat te doen.