



Vitaliteit, de bouwsteen voor succes op de werkvloer!

**OP
DRIFT**
COACHING



Mitchel van der Drift -
Eigenaar - Drift Power
Sports | LinkedIn



www.Opdriftcoaching.nl

Vitaliteit

Vitaliteit is afgeleid van het latijnse woord vita, wat leven betekent. Vitale medewerkers presteren beter, zijn positiever en dragen bij aan het succes van een onderneming. Bij vitaliteit gaat het om een gezonde fysieke en mentale gesteltheid. In ons concept maken we uw medewerkers bewust van beiden.

De 4 Aspecten

In vier workshops ontdekken de medewerkers hoe zij scoren op de vier pijlers; mindset, ontspanning & inspanning, voeding en bewegen. In deze workshops ontdekken de medewerkers hun eigen gedrag, de voor- en nadelen van dit gedrag en hoe zij zelf hun vitaliteit kunnen vergroten.

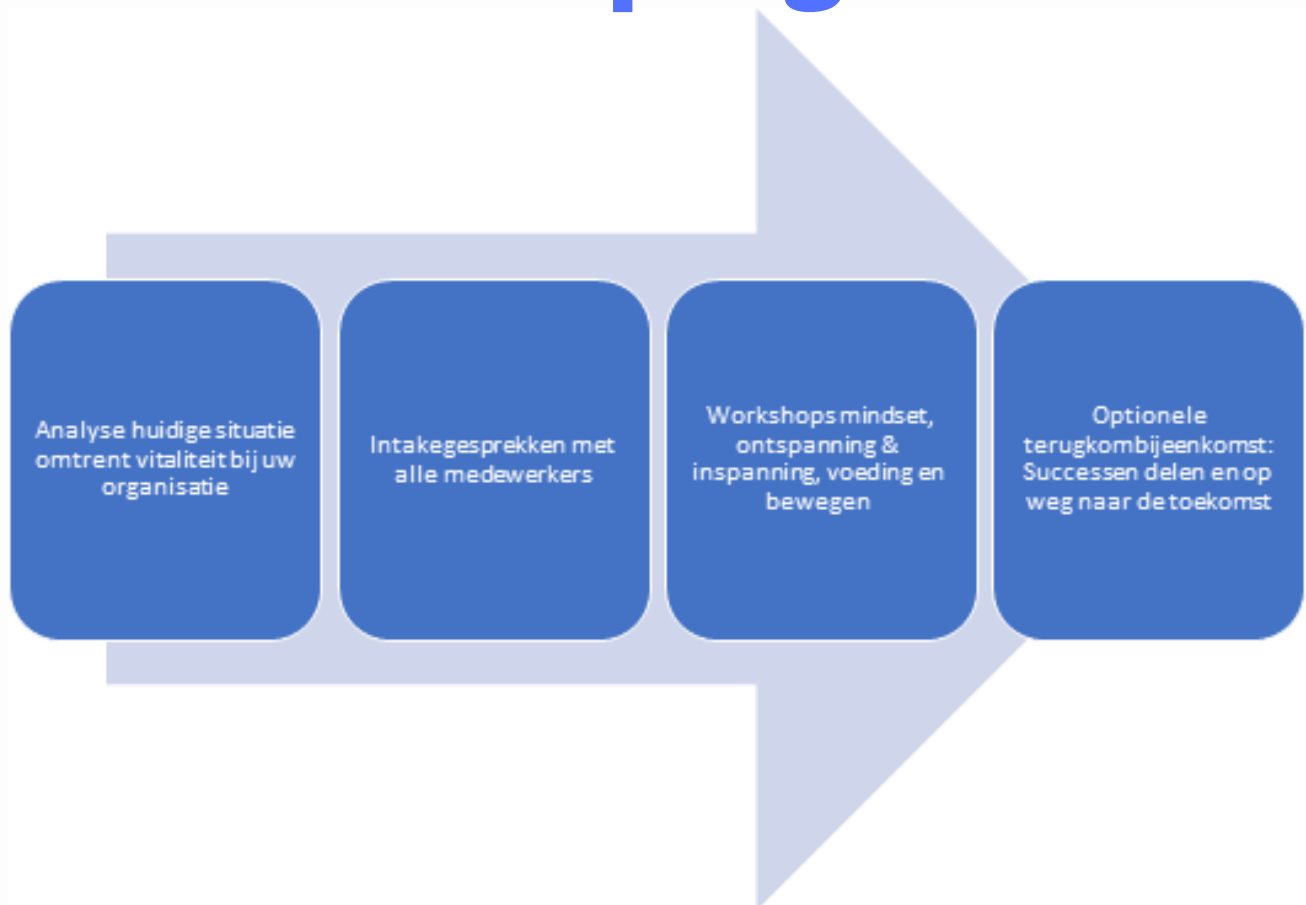
De workshops staan in het teken van actieve oefeningen, voelen en ervaren. Zo zorgen we ervoor dat medewerkers dit integreren in het dagelijks leven.



**OP
DRIFT**
COACHING



Initiatief vitaliteitsprogramma



Dit programma is een initiatief van Mitch van der Drift. Mitch heeft een achtergrond als bewegingsdeskundige, mental health coach en NLP trainer. De afgelopen jaren heeft hij zich met zijn bedrijven, Op Drift Coaching en Drift Power Sports, ingezet om de vitaliteit bij organisaties te vergroten.



 **06-83215043**

Ons voorstel

Met ons programma zijn wij vier dagdelen bezig met uw werknemers. Omdat wij veel waarde hechten aan persoonlijke groei, doen wij met iedere medewerker een intake van een uur.

Per deelnemer is uw investering 675 euro met een minimum aantal deelnemers van tien. Om de kwaliteit te waarborgen is het maximum aantal deelnemers gesteld op 15 werknemers. Voor specifieke aanvragen kunt u een offerte opvragen.

Ook bieden wij inspiratiesessies aan. In een vier uur durende workshop worden uw medewerkers geïnspireerd om aan de slag te gaan met hun vitaliteit. Deze workshops kunnen wij voor 100 euro per persoon aanbieden met wederom een minimum aantal deelnemers van 10 personen en een maximum van 15 deelnemers.

