

MindMoves

Mind your team. Move your Business

IS
HUMAN
CAPITAL
WORTH
YOUR
ENERGY?



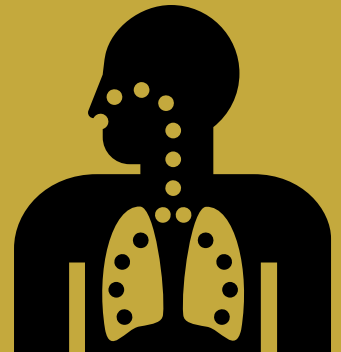
WELZIJN

+ 25 %



BEWEGING

> 30 min/dag



ENERGIE

X 3

- ✓ Ontdekken van elkaars **sterktes** en **valkuilen**
- ✓ **Teambuilding**, probleemoplossend voor hechtere samenwerking
- ✓ Transfer naar de **werkomgeving**
- ✓ **Communicatie** oefeningen voor meer **productiviteit**
- ✓ **Teambonding**, voor een hechter team



T EAM GROWTH



E NERGY BOOST

- ✓ Innovatieve **gezondheidsprincipes** oppikken
- ✓ Efficiënt **ademen** en **bewegen**: tips en technieken
- ✓ Transfer naar **werkomgeving** en **thuisituatie**
- ✓ Krachtige oefeningen voor een **duurzame** verandering in **levensstijl**
- ✓ **FUN** als sleutel tot **succes**

- ✓ **Laagdrempelig** leren **bewegen**: wandelen, lopen en fietsen
- ✓ Efficiënt **ademen** en **bewegen**: tips en technieken
- ✓ Krachtige oefeningen voor een **duurzame** verandering in levensstijl
- ✓ **Tools**: ademhaling, beweging en fun
- ✓ Bewegen wordt **leuk**, omdat het **mag**



A CTIVITY RAISE



M ENTAL RESILIENCE

- ✓ Ontdek de **werking** van je super **brein**
- ✓ Leer je eigen **sterktes** en **valkuilen** kennen
- ✓ Stel je open voor **dromen**, **ideeën** en **visies**
- ✓ Leer **veerkrachtig** omgaan met uitdagingen, tegenslagen en falen

MindMoves
Mind your team. Move your Business

✉ hannes@mindmoves.be

☎ 0495/20.87.53