

Verwijzing huisarts



Intake leefstijlcoach

- Wat is je motivatie
- Wat wil je bereiken?
- Past BeweegKuur bij jou?

Jaar
1

Behandelfase

Individuele coaching:

- 7 gesprekken over persoonlijke doelen en hoe vol te houden
- Metingen: wat is jouw vooruitgang?



Leefstijl-coach



Fysio-therapeut



Diëtist

- Persoonlijk beweegplan
- 2 Groepsbijeenkomsten
- Begeleiding naar bewegen in de buurt

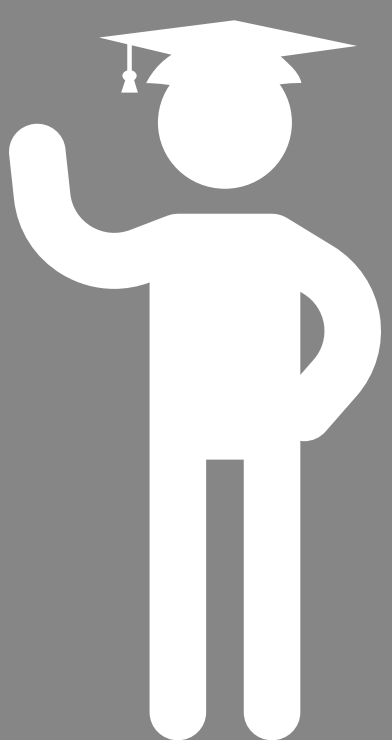
- Persoonlijk voedingsplan
- 3 Groepsbijeenkomsten

Jaar
2

Onderhoudsfase

Individuele coaching:

- 5 gesprekken over persoonlijke doelen en hoe vol te houden
- Metingen: wat is jouw vooruitgang?



Leefstijl-coach



Fysio-therapeut



Diëtist

- 1 groepsbijeenkomst
- Bewegen in de buurt

- 3 Groepsbijeenkomsten