



DeMIX VOEDINGS COACHING

Je kunt bij DeMIX natuurlijk terecht voor begeleiding op het gebied van voeding. Bij alle pakketten krijg jij toegang tot de VYTAL app. Dit is het meest complete voedingsplatform ooit.

Geef je voorkeuren aan en ontvang een complete boodschappenlijst. Deze kun je zelfs direct in je winkelmandje importeren van de AH bezorgapp. Het is daarnaast eenvoudig aan te passen aan deelname van je gezin. Willen je partner en/of kinderen mee-eten, dan past de app de hoeveelheid boodschappen hierop aan.

Je kunt ervoor kiezen om de Vytal app zelfstandig te gebruiken, zonder coach. De kosten hiervoor zijn €10,- per maand. Heb jij behoefte aan meer begeleiding, iemand die met je meekijkt en meedenkt, weegmomenten en momenten waarop jij je vragen kunt stellen aan de ervaren voedingscoach? Kies dan een van onze pakketten.

IN SAMENWERKING MET WAY OF LIJF

STEPHANIE VAN DER KREEFT

Wie ik ben? Mijn naam is Stephanie van der Kreeft, en ik ben Voedings- en Gewichtcoach. Thuis ben ik keukenprinses en verslaafd aan koken en lekker eten. Ik zie onze maatschappij als 1 grote uitdaging. Onze leefomgeving stimuleert ons niet om gezonde voedingkeuzes te maken, dus moeten we slim en bewust zijn! Mijn missie is om overgewicht tegen te gaan, en ervoor te zorgen dat zoveel mogelijk mensen op een makkelijke manier, zonder dat het voelt als een 'gevecht' goed in hun vel komen te zitten. Letterlijk en figuurlijk!

Op de achterkant van deze flyer vind je de verschillende pakketten zodat je kunt kiezen welke vorm van begeleiding het beste bij je past. Heb je vragen of wil je meer informatie? Kijk dan op demix.nl of stel je vraag bij de receptie.

REKEN DEFINITIEF AF MET JOUW OVERTOLLIGE KILO'S, VERMOEIDHEID EN VAGE KLACHTEN!

LET'S DO THIS!

ALS JIJ MET MIJ GAAT SAMENWERKEN, DAN..

- Ben je binnen no-time zelf voedingsexpert
- Raak je moeiteloos die overtollige kilo's kwijt, zonder diëten of honger lijden
- Kom je erachter wat jou nu zo moe en energieloos maakt
- Barst je snel weer van de energie om te sporten!
- Wordt etiketten lezen jouw tweede natuur
- Realiseer je je dat je juist meer moet gaan eten (dat moet vast lukken)
- Ontpop je je tot keukenprins (of prinses) zonder dat je wist dat je het in je had!
- Pas je fluitend je gewoonten aan omdat je eindelijk snapt hoe je dat moet doen
- Tot slot.... Dan ga jij je toekomst weer vol zelfvertrouwen tegemoet, want jij hebt je doel bereikt!

BASIS PAKKETTEN

PAKKET 1

- Intakegesprek (30 minuten)
- Gebruik van VYTAL app
- Onbeperkt online coaching in de VYTAL app
- 2x per maand meten, wegen en doelen bijstellen inclusief gezamenlijk vastgestelde weekmenu's op maat
- 1x per maand een Q&A (online)

PAKKET 1

€75,- p.m.

PAKKET 2

- Intakegesprek (30 minuten)
- Onbeperkt gebruik van VYTAL app met 5 chatmomenten
- 2x per maand wegen & doelen bijstellen

PAKKET 2

€55,- p.m.

PREMIUM PAKKETTEN

- Persoonlijk intakeconsult (75 - 90 min.) inclusief meten, wegen en uitgebreide vragenlijst voor de beste aanpak!
- 2x per maand een vervolgconsult (30 - 45 minuten)
- Persoonlijke begeleiding en advies op het gebied van jouw leefstijl: voeding, slaap, stressmanagement, supplementen en sport & beweging
- E-book 'Gezonde leefstijl is de basis!'
- Onbeperkt toegang tot de VYTAL app met online chatfunctie met mij! In deze app heb je toegang tot 1500 gezonde, simpele recepten
- Iedere week een persoonlijk voedingschema, afgestemd op basis van jouw persoonlijke situatie (thuis, werk of school). Makkelijk te maken en met ingrediënten die jij lekker vindt!
- 10% korting bij Vitakruid (www.vitakruid.nl) op supplementen met de code 'Kortingwayoflijf'
- Tussen de consulten door mag je contact met mij opnemen voor vragen of tips!

3 MAANDEN TRAJECT

€189,- p.m.

9 MAANDEN TRAJECT

€159,- p.m.

6 MAANDEN TRAJECT

€169,- p.m.



MAAK EEN
AFSPRAAK MET
STEPHANIE MET
ONZE RECEPTIE OF
FITNESS
COACHES

REKEN DEFINITIEF AF MET
JOUW OVERTOLLIGE KILO'S,
VERMOEIDHEID & VAGE KLACHTEN!

LET'S DO THIS!