



WWW.PRE-FIT.NL

€ **99,-**

Voor inzicht in jouw unieke
ActionType Profiel!

Uniek ActionType Profiel

Persoonlijke Analyse

Maatwerk Begeleiding

Zelfkennis & Zelfvertrouwen

Stressmanagement

Maatwerk Pakketten



Wie is Mathijs Resoort:

Een bevolgen, loyaal, puur en authentiek persoon. Betrokken, gedreven, innovatief, empathisch, perfectionistisch en verbinden zijn woorden die mij kenmerken. In de afgelopen jaren heb ik veel ervaring opgedaan in het trainen en begeleiden van (top)sporters, consumenten en mensen met een medische indicatie.



MATHIJS@PRE-FIT.NL



+31 6 212 368 17



PRE-FIT.NL

Profilering van jouw ActionType Profiel

We weten allemaal dat mensen links of rechts schrijven. Ook het begrip links- of rechts-poot in voetbal is bekend en komt voort uit aangeboren fysieke en mentale voorkeuren. Minder bekend is dat mensen nog meer aangeboren voorkeuren hebben, bijvoorbeeld een dominant oog, een dominante schouder en nog veel meer. De ActionTypes Benadering ontdekt deze bij jou en zorgt ervoor dat je begeleid kunt worden met maatwerk gericht op jouw unieke profiel.

Wat is de ActionTypes Benadering (ATB)?

Brengt het handelen van, bijvoorbeeld de sporter, op één lijn met wie hij als uniek persoon is en wat hij/zij nodig heeft. Het biedt inzicht en ondersteunt om het allerbeste uit de onderlinge samenwerking en iemands talent te halen.

Recensie van een fanatieke fietsster

"Ik ben heel blij met de hulp van Mathijs! Omdat Mathijs de vertaalslag heeft weten te maken van mijn persoonlijke ActionType profiel, naar de oefeningen die bij mij het beste passen. Hierdoor ben ik beter in mijn kracht komen te staan en weet ik veel beter wie ik van nature ben. Wat al een tijdje ook erg helpend is op mentaal vlak."

Waaruit bestaat de profilering:

- Aan de hand van een fysieke test wordt jouw persoonlijk ActionType profiel vastgesteld.
- Naar aanleiding van je profilering ontvang je een persoonlijk analyse document met daarin jouw fysieke en mentale voorkeuren.
- Vanuit de profilering en het persoonlijk analyse document kunnen we samen maatgericht te werk gaan.

Wat levert het op:

Door het specifieke van je eigen ActionType te leren kennen ben je in staat om:

- Te ontdekken en helder te maken hoe jouw kracht ingezet wordt om uitdagende/realistische doelen te bereiken.
- Te ontdekken en begrijpen hoe jouw manier van communiceren verloopt.
- Zelfkennis op te doen en daarmee een gezonde basis te leggen voor je zelfvertrouwen.
- Je (ont)spanning/ stressbeleving te plaatsen en het managen van je uitdagingen om eventuele blessures te voorkomen.

Kosten profilering € 99,- (incl. BTW) inclusief digitaal persoonlijk analyse document.

- Optioneel online advies voor maatwerk gerichte fysieke trainingen van 30min € 35,- per consult (incl. BTW).
- Pakketprijs; Profilering inclusief 4 online advies consulten van 30min € 225,- (incl. BTW).
- Maatwerk pakket op aanvraag.

Neem gelijk contact met mij op voor meer info of het maken van een afspraak!