

VAN DER KROL COACHING

Talks & Workshops.

Een overzicht van de workshops, de thema's, en wat er mogelijk is

Marjolein van der Krol · NOBCO gecertificeerd coach · vanderkrolcoaching.com

Over Marjolein.

Ik ken de corporate wereld, het lichaam en goed energiemangement. Negen jaar bedrijfsleven, gecombineerd met jarenlange verdieping in lichaamswerk en oosterse geneeskunde, geeft me scherpte én voeling. Daardoor land ik snel bij de thema's waar ik over spreek — energie, ambitie en leiderschap — en weet ik abstracte onderwerpen heel concreet en grijpbaar te maken.

9+ jaar management en business consultancy

7+ jaar lichaamstherapie en oosterse geneeskunde

5 jaar personal coaching

Lees hier meer
*[vanderkrolcoaching.com/
over-mij](https://vanderkrolcoaching.com/over-mij)*



Over haar workshops & talks.



HAAR STIJL

Energiek en geaard. Ze spreekt vanuit passie, weet precies wat landt, en maakt het abstracte moeiteloos concreet.

Inspirerend. Ze heeft een prachtige manier om haar ideeën te delen die zowel meeslepend als oprecht aanvoelt.

— **Fabiola**, over de talk

Vertaalt een abstract verlangen naar concrete, down-to-earth tools.

— **Barend**, over de workshop

Straalt op het podium een energie uit die een genot is om naar te luisteren.

— **Jan**, over haar podiumpresentatie

Ze is betrokken, deskundig en weet mensen op een authentieke manier in beweging te krijgen.

— **Dino**, over haar coaching

Alles op een rij.



01 WAAR GAAN DE WORKSHOPS OVER

Persoonlijk leiderschap · Uit je hoofd, het lichaam in · Energie en levendigheid · Stressherkenning en reset · Ambitie die echt van jou is · Werken in lijn met wie je bent · Burn-out vóór blijven · Lichaamsintelligentie op de werkvloer · Piekeren de baas · Oosterse wijsheid, praktisch toegepast



02 VOOR WIE IS HET

Leiders, teams, MT's, ondernemers, community's en klanten.



03 WAT LEVERT HET OP

Inspiratie · Concrete tools · Verbinding. En afhankelijk per workshop: Burn-out preventie · Zelfzorg op de werkvloer · Scherpere besluiten · Meer werkplezier · Onderling vertrouwen · Gedeelde ambitie & richting · Groeien mét je team · Authentieke, energieke medewerkers



04 IN WELKE VORM

Kies een van de vijf workshops hierna. Spreekt het thema je aan, maar past de vorm nog niet — korter, langer, meer inspiratie of juist meer verdieping? Neem contact op: op basis van wat je zoekt en welke thema's relevant zijn, stellen we iets op maat samen. Liever een gastspreker op dit onderwerp? Ook dat kan.



ALTIJD MAATWERK

Neem contact op, en samen bepalen we de juiste inspiratiesessie — precies passend bij jouw team of event.

Jouw energie, de *kracht* van je bedrijf.

*Je lichaam is een sterkere bron dan alleen je hoofd — leer het inzetten als je krachtigste bedrijfsinstrument.
Als middel tot plezier en voldoening, en als kompas voor betere keuzes voor je bedrijf.*

- ✓ Energiek blijven in wat je doet
- ✓ Aan blijven staan, ook als het spannend wordt
- ✓ Direct uit je hoofd — met tools tegen piekeren en overdenken.
- ✓ Energie en aanwezigheid die direct effect hebben op de groei van je bedrijf



OOK ALS
TALK
MOGELIJK

Je gaat naar huis met: minstens één tool die je morgen al kunt inzetten om energieverder te ondernemen.

Lijf als kompas.

Je lijf is waar je gevoel zit — en dat gevoel is precies wat je nodig hebt om weer helemaal aan te staan in je werk.

- ✓ Praktische lichaamsoefeningen om energiek te blijven
- ✓ Je lichaam gebruiken om scherpere beslissingen te nemen
- ✓ Van spanning terug naar neutraal — een reset die je zelf leert toepassen
- ✓ Signalen herkennen vóóordat stress het overneemt

Je gaat naar huis met: een lichaam waar je op kunt vertrouwen — bij stress, én bij je volgende grote beslissing

Ambitie die klopt.

Ambitie die echt van jou/jullie is, voelt levendig en geeft stuwkracht. En helpt om concreet scherpere, eigen doelen te stellen. Deze workshop kan ingericht worden om zowel mensen individueel als een team als geheel dichterbij een ambitie die klopt te brengen.

- ✓ Het verschil voelen tussen ambitie die van jou/jullie is en ambitie die dat alleen lijkt
- ✓ Concrete stappen om scherpere doelen te stellen die echt bij je passen
- ✓ Vijf manieren terug naar je eigen aliveness
- ✓ Wat er verandert in een team als mensen weer voelen waar ze voor werken



OOK ALS
TALK
MOGELIJK

Je gaat naar huis met: een duidelijker antwoord op de vraag of je huidige ambitie nog van jou is.

Meegroeien met je *eigen* bedrijf.

Als je bedrijf groeit, groei je verplicht mee — als mens én als leider. Deze sessie is de aandacht daarvoor. Deze workshop is interessant voor ondernemers en bedrijfseigenaren.

- ✓ Energiiek en enthousiast blijven, ook als het bedrijf groeit
- ✓ Plezier halen uit het proces, niet alleen het resultaat
- ✓ Je eigen gut-feel weer leren lezen in plaats van eroverheen te beslissen
- ✓ Psychologische veiligheid opbouwen in een snel groeiend team

Je gaat naar huis met: een scherper beeld van je eigen signalen, en een paar dingen die je meteen kunt gebruiken.

Hoe je jezelf weer aanzet.

Functioneren kunnen we allemaal. Deze workshop gaat over wat het je kost, en hoe je weer aan komt te staan.

- ✓ Waarom je 's avonds leeg bent terwijl er niets misging
- ✓ Waar je energie heen gaat, en waar die ongemerkt weglekt
- ✓ Wat je lichaam al wist voordat jij het doorhad
- ✓ Één oefening die je morgen nog voelt

Je gaat naar huis met: zicht op waar jouw energie precies weglekt, en zin om er morgen weer voor te gaan.



OOK ALS
TALK
MOGELIJK

Benieuwd wat *past*?

Liever eerst vrijblijvend verkennen? [Plan een gratis gesprek van 40 minuten](#) — geheel vrijblijvend.

Of bel, app, of stuur een kort bericht over de gelegenheid.

Coaching en langere cultuurprogramma's zijn ook mogelijk, investering in overleg — vraag er gerust naar.

Benieuwd naar events en inspiratie tussendoor? [Meld je aan voor de nieuwsbrief](#).



+31 6 57 61 43 22

info@vanderkrolcoaching.com

vanderkrolcoaching.com/en/speaker