



Masterclass Persoonlijk energiemangement

Donderdag 29 februari 2023 | Research professional dag

15:00 - 17:00 uur | Utrecht

Het belangrijkste instrument in je werk? Dat ben jij zelf! Jouw energie(niveau) is doorslaggevend voor je succes en (werk)geluk.

Energie-expert Chantalle Weemaes laat je in deze Masterclass zien hoe je brein werkt en je biochemie in elkaar zit. Je leert vervolgens hoe jij deze systemen beïnvloedt met energiemangement, zodat je beter kunt presteren.

Jouw energie is de grootste succesfactor

Niet timemanagement, maar energiemangement is het effectiefste instrument in jouw drukke leven. Want zeg nou zelf: als je goed in je energie (of in je flow) zit, dan voel je je beter, ben je gelukkiger en succesvoller. Ook bevordert een goed energieniveau je gezondheid. Dus: hoe meer grip je hebt op je energie, hoe meer voordelen je ervaart!

Tijdens de Masterclass Persoonlijk Energiemangement maak je kennis met de twee energiesystemen en leer je hoe je hier zelf invloed op uit kunt oefenen. We gaan ook met de praktijk aan de slag. Je gaat ervaren hoe je jouw biochemische systeem optimaal inzet en hoe het doorbreken van een 'mindfuck' je onmiddellijk meer energie oplevert. Alles wat je leert is direct toepasbaar in jouw dagelijkse leven.





Na afloop van deze Masterclass:

- Ken je de twee systemen die verantwoordelijk zijn voor jouw energie.
- Beheers je technieken waarmee je direct meer energie tot je beschikking hebt.
- Ben je zelf begonnen met het toepassen van kundig energiemanagement en leg je daarmee de basis voor meer succes, gezondheid en geluk.

Voorbereiding op deze Masterclass

Ter voorbereiding op deze training vragen we je om jouw persoonlijke hoeveelheid energie te meten met behulp van de EnergieScan.

Het invullen van deze vragenlijst kost je ongeveer vijf minuten. De uitslag en wat dit voor jou betekent zie je direct online en is volledig anoniem.

Je kunt de EnergieScan vinden op <https://topstate.nl/topstate-energiescan/>

Voor het invullen kan je gebruik maken van de volgende code: RPD281

Over Chantalle Weemaes

Chantalle Weemaes is een veelgevraagde spreker en trainer. Ze traint al vele jaren ondernemende mensen die continu op hoog niveau moeten presteren.

Ook helpt ze professionals bij het (her)vinden van hun energie. Het is haar missie om zoveel mogelijk professionals in hun “TopState” te brengen.

Chantalle is een **expert op het gebied van de achterliggende systemen in je lichaam die verantwoordelijk zijn voor jouw succes**. Ze weet als geen ander hoe je op een doelgerichte manier je brein en biochemie kunt beïnvloeden, waardoor je kunt excelleren.

