

Topsportervaring

1987-1989 Jong-oranje schaatsploeg KNSB

1989-1993 Dames kernploeg KNSB

1993-1994 Eigen schaatsploeg

Deelname aan meerdere EK en WK en de Olympische spelen van 1992 Albertville.

Opleidingen

2019-heden Kruidengeneeskunde, Chinherbs: Totalhealth academie

2019 Gedrag en hormonen: Orthohealth foundation

2018-2019 HBO Medische basiskennis: Total health academie

2017-2018 Ademtherapeut methode Stans van der Poel

2016 Orthomoleculair voedingsadviseur: Ortho Health foundation

2016 Bal a vis X: balance, auditory, vision, exercise / bewegend leren

2007-2012 HBO psychosociaal therapeut

Scriptie: 'ADHD of een ANDERE LEERSTIJL'.

2010 HearthMath Hartcoherentie trainer, biofeedbackmethode, ademtherapie

2006 Nordic-Walking instructeur

2005 Sportief wandeltrainer

2001 EHBO

1997 Schaatstrainer B

1994 Schaatstrainer A

1995 Medical Fitnesstrainer

1994 Fitvak!fitnesstrainer B

1993 Fitvak!fitnesstrainer A

1990-1992 ALO 1e jaar (toegelaten met Colloquium doctum)

1988-1990 CIOS 1e jaar

1986-1988 Havo 4

1982-1986 Mavo

Workshops en cursussen

2016 Orthohealthfoundation: Burn-out

2016 Stibco: Cognitieve functies

2016 BIVT: Slapen en slapeloosheid

2015 Orthohealthfoundation: Detox cursus

2015 Orthohealthfoundation: Leaky gut, lekkedarmsyndroom

2015 Hersenstichting symposium: flexibele hersens

2013 Balans symposium: Executieve functies

2013 Workshop Wim Hof (Iceman): Invloed autonome zenuwstelsel

2012 Stibco: Groeien doe je samen

2010 Balans symposium: Angst en agressie bij kinderen

2010 Hersenstichting symposium: hersenen en stress

2009 Balans symposium: Gedrag uit de pas

2009 Welzijnkinderen: Kwaliteitsdenken in het onderwijs

2008 Kindercoachingsdag: visualisaties en EFT

2008 Hartfocus bewegingsoefeningen en coöperatief spel

2007 Kindermassage

1999 Indoor-roei trainer