



# Werk Atleet Coach

## Level 2



# Level 2

**Een cursus voor de grootste afwijkers van het moment**

## **Een driedaagse cursus**

Drie volle cursusdagen in Rosmalen waarin eten wordt verzorgd, je leskrijgt van mijn favoriete experts en de nieuwste kennis en biohackskills eigen kunt maken

## **Aandacht voor geest en lichaam**

De mens heeft jarenlang in harmonie geleefd met **moeder natuur**. Wij combineren de mooiste facetten van moeder natuur om lichaam en geest te optimaliseren.

## **Drie verschillende ervaringen**

Theorie is mooi, maar als je in de praktijk niet weet hoe het werkt dan heb je er niks aan. Wij koppelen theorie aan praktijkervaringen



# Let's Go

**Onze level 2** vindt plaats bij het Werk Atleet kantoor in Rosmalen

*Berlicumseweg 8H*

## **Dag 1**

Thema's van de dag: *anatomie, adem en mondgezondheid*

## **Dag 2**

Thema's van de dag: *hormoonwerking, microdosing en darmgezondheid*

## **Dag 3**

Thema's van de dag: *slaapoptimalisatie, stress en ontspanning*



# Ervaringen

Iedere dag combineren we theorie met praktijk. Je krijgt verschillende onvergetelijke ervaringen in een veilige setting onder begeleiding van de coaches.

## Dag 1

We trainen CO2 tolerantie, hypoxia, hypercapnia én je krijgt een volledige ademsessie zoals Jeroen en Mignon dat tijdens onze retreats verzorgen. Ik kan je niet genoeg vertellen hoe onwijs gaaf deze ervaring gaat zijn.

## Dag 2

Op deze dag is de ervaring nét wat anders. We gaan samen een ijsbad in om stress te ervaren in een veilige setting.

## Dag 3

Op deze dag gaan we ervaren welke meditatie & reflectie methodes je kunnen helpen in het optimaliseren van de nachtrust.



# Onze missie

Nederland en België de twee  
welvarendste landen maken  
op het gebied van gezondheid  
en vitaliteit

Digitaal

**Level 1**

Live op locatie

**Level 2**

November 2024

**Level 3**

What's next?



# Voor Wie?

**Afwijkers**

Je wil zo jong mogelijk dood gaan op een zo oud mogelijke leeftijd

**Biohacker**

Je wil graag leren hoe je eigen lichaam werkt en dat optimaliseren op iedere mogelijke manier

**Natuur**

Je gelooft in de helende krachten van moeder natuur



## Kosten

- €1199,95 incl. btw
- inclusief alle ervaringen
- Inclusief eten & drinken

## Details

Dag 1 van 8:30-17:30

Dag 2 van 8:30-17:30

Dag 3 van 8:30-19:30

Locatie: Berlicumseweg 8H, Rosmalen



# Meet the team



**Keanu**



**Joep**



**Jeroen**



**Mignon**



**Mart**





# Contact us

[www.wa-academy.nl](http://www.wa-academy.nl)

[keanu@werkatileet.nl](mailto:keanu@werkatileet.nl)



[www.wa-academy.nl](http://www.wa-academy.nl)