

GETUIGENISSEN DEELNEMERS CURSUS
Bio-energetische voedingswijze als fundament

'Ik werd reeds bij de eerste sessie enorm gemotiveerd om mijn voedingspatroon aan te passen. Jan maakte ons op een heel concrete manier, met een overzichtelijke documentatie, duidelijk welke invloed voeding en eetgewoontes hebben op een goede vertering en dus ook op onze gezondheid. We kregen enkele heel haalbare, duidelijke tips die ik dan ook onmiddellijk toepaste. Ik werd hierdoor bewuster van hoe mijn lichaam reageert op bepaalde voedingsstoffen. De cursus was heel interessant en Jan wist ook een gezellige sfeer te creëren! Ik ben heel blij dat ik de cursus gevolgd heb, ik heb erdoor toch wel een andere kijk op voeding gekregen! '

Mieke P. uit Marke

'Ik zag door de bomen het bos niet meer na vele jaren van diëten en zoeken zonder resultaat. Die zegt dit, die zegt dat en vaak spreken ze elkaar nog tegen ook. Dan nog regulier, alternatief en ga zo maar door ...

Ieder prijst zijn methode als de beste, de meest unieke, de nieuwste en belooft de hemel op aarde in wegsmeltende kilo's en gezondheidsvoordelen. Wat een bullshit.

Ik zocht een al omvattend kader, waarin ik me kon vinden, logisch, goed doordacht en correct en dat me toeliet ZELF beslissingen te nemen op basis van verworven, onderbouwde inzichten. Dit is precies wat deze cursus mij bracht.

Het gaf me dat kader dat ik nodig heb om mijn eigen weg te gaan, om onderbouwd en doordacht mijn eigen keuzes te maken.

De cursus was boeiend, no nonsens, interessant en goed gegeven.

Een cursusleider "who walks his talk", is geloofwaardig, wekt vertrouwen en inspireert.

De kilo's vliegen er nog niet af, maar ik weet nu wel wat ik eet, hoe ik dat eet en waarom.

Dat is al wat ik nodig had. Waarvoor dank. '

Diederik T. uit De Panne

'Dag Jan, Ik wil jou van harte bedanken voor de mooie inzichten die de cursus bio-energetische voeding bij mij wakker gemaakt hebben.

Het heeft me echt bewust gemaakt van wat de natuur ons aanbiedt. Eigenlijk alles.

Alsook de werking van de meest geavanceerde machine ter wereld, ons eigen lichaam.

Je geeft de les heel rustig, duidelijk en men voelt dat je niet zomaar iets zegt, maar het voor jezelf ook heel mooi toepast.

Je zet alsook de groep in een hele mooie verbinding met elkaar.

Heel veel dank, ik kan er niet alleen mezelf maar ook mijn medemens mee helpen! '

Katrien H. uit Moen.

'Beste Jan, bedankt voor de heel open en enthousiaste manier om je kennis te delen.

Voor mij was het een redelijk onbekende wereld, ik heb er toch heel wat van opgestoken en ben al een tijdje gestart om rekening te houden met veel van je nuttige adviezen.

Ik zou wel graag wensen om van elke cursus evenveel op te steken! '

Chris B. uit Destelbergen