

Vrouwen POWER

Colourful
TRAINING & COACHING

Waarom Vrouwen Power Event?

Ontwaak jouw vrouwelijke kracht – Inner Queen

- Voel je dat er méér in jou zit?
- Meer zachtheid, kracht, meer waarheid?
- Maar dat je jezelf soms inhoudt, aanpast, verliest in zorgen, verwachtingen of relaties?

VP is een uitnodiging om in je vrouwelijkheid te stappen, het te voelen en te leven. In deze transformerende training activeer je jouw Inner Queen/ Maharani energie: zacht EN krachtig, sensueel, vrij. Je hoeft niets te worden of te bewijzen. Je mag herinneren wie je bent: Krachtig, zacht, vrij en op en top vrouw. Vrouwen energie voedt, jouw aantrekkingskracht groeit, je straalt. Wanneer je thuis bent in jezelf door vrouw te zijn en voelen in je kern, neem jij jezelf serieus en wordt jouw aanwezigheid jouw kracht.

Wat ga je leren?

- Je straalt zelfvertrouwen, rust en authenticiteit uit
- Je voelt je vrouwelijk zonder je aan te passen
- Je leert kracht belichamen zonder verharding
- Je verbindt zachtheid met ruggengraat
- Je ervaart balans tussen geven en ontvangen

Datum & Locatie

Zaterdag 9 mei 2026

Sportcampus Zuiderpark

Meester P. Droog Leevers Fortuynweg 22

2533 SR Den Haag

Prijs & tijd

NU slechts € 99,- p.p.

Incl. lunch, water, thee, snack

Van 10.00-17.00 uur.

Last van harde muziek? Neem oorbescherming mee.

Missie

Mijn missie met **Vrouwen POWER** is om dames te begeleiden naar het belichamen van hun vrouwelijke essentie, zodat zij leven, kiezen en verbinden vanuit zelfliefde, authenticiteit en innerlijke rust. Dit helpt vrouwen om hun natuurlijke vrouwelijke energie te herinneren en activeren. Interesse? Stuur een WA.



Visie

Mijn visie met **Vrouwen Power** is dat veel vrouwen hun kracht zijn kwijt omdat ze hebben geleerd te overleven i.p.v. te leven uit hun essentie. Door jouw vrouwelijke behoefte te erkennen, wordt emotionele expressie een brug naar verbinding en relaties.

Monique Pahladsingh

06-54935098

Monique@ctcoaching.nl

Event Kalender 2026 CTC trainingen Tijd: 10.00-17.00 uur (incl. lunch, thee)

31 Januari 2026 Zaterdag € 99,- voor 1 dag (incl. lunch, thee)	Kickstart Your Power (KYP): Herpak energie, focus & kracht. Dit is een reset die je helpt om in je kracht te staan zodat dit JOUW jaar wordt: helder, gefocust en vol vuur. Ken je dit? Je begint vol moed aan nieuwe voornemens...na enkele weken is jouw motivatie weg. Je valt terug in patronen of je verliest jezelf in drukte, stress of chaos. Doorbreek dit, activeer kracht, discipline zodat je met plezier jouw doelen bereikt. Zie uitstelgedrag én buig het om.
21 22 Feb 2026 Za en zo € 499,- voor 2 dagen (incl. lunch, thee)	Hardt Communicatie & Feedback (HCF): Spreek impactvol, met hart en kracht. Communicatie vanuit gelijkwaardigheid, wijsheid, volwassenheid en zelfvertrouwen. Loopt je gesprek stroef? Levert feedback spanning, misverstand, irritatie op? Ontdek jouw communicatie- en luisterstijl en het effect hiervan. Spreek krachtig, voer lastige gesprekken. Word vaardiger in feedback geven én ontvangen- eerlijk, respectvol en zonder spanning.
28 29 Maart 2026 Zaterdag € 499,- voor 2 dagen	Lekker In je Vel (LIV): Weg met stress, bo, angst, spanning, overprikkeling. Ervaar je stress, drukte in jouw hoofd, wil je ontspannen en bewuster leven, dan is LIV iets voor jou. Je vermindert stress, leert dingen loslaten, anders met problemen omgaan en je wordt bewust van je lijf en emoties. Hierdoor leef je meer ontspannen, en ervaar je meer geluk.
25 26 April 2026 Za en zo € 499,- voor 2 dagen (incl. lunch, thee)	Assertiviteit & Houden van jezelf (FLY): Grenzen zonder schulden. Leef met Zelfliefde, kracht, ruimte & rust te leven. Voel jij je snel leeg door werkdruk, relaties of verwachting? Wil je krachtig en vrijer in het leven staan? Dit is jouw doorbraak! Zet helder jouw grenzen neer, ook in moeilijke situaties. Ervaar diepe zelfliefde en zelfrespect, de basis van kracht. Word meester in zelfzorg, keuzes maken, ruimte innemen en trouw blijven aan jezelf.
9 Mei 2026 Zaterdag € 99,- voor 1 dag (incl. lunch, thee)	Vrouwen POWER training (VP): Ontwaak jouw vrouwelijke kracht (Inner Queen). Straal kracht, zelfvertrouwen, sensualiteit, authenticiteit, balans en geluk uit in alles wat je doet. Activeer jouw vrouwen power: krachtig, zacht en vrij. Ervaar hoe kracht, sensualiteit en zelfliefde samenkomen in JOU. Ontdek kracht zonder hardheid en straal! Krijg inzicht in diepere, gezondere relaties, vind balans, intimiteit zonder verlies van jezelf. Kom thuis!
10 Mei 2026 Zondag € 99,- voor 1 dag	Man POWER training (MP): Ontwaak jouw mannelijke kracht (Inner King). Sta vol kracht zelfvertrouwen, focus en daadkracht. Neem verantwoordelijkheid voor jouw leven zonder verharding of jezelf te verliezen. Ervaar balans zodat je krachtig handelt en rust vindt in wie je bent: kracht met hart en zachtheid met ruggengraat. Wees wie je geboren was te zijn.
24 25 Okt 2026 Za en zo € 499,- voor 2 dagen	Je eigen HELD zijn (HELD): Leiderschap en emotie management. Leef vanuit Rust, Kracht & Zelfbewustzijn: sta stevig in jezelf met mentale kracht. Leer omgaan vanuit rust en energie met gedachten, emoties, jouw gedrag, triggers en stress zonder overspoeld te raken. Krijg overzicht en meer vrijheid.
28 29 Nov 2026 Za en zo € 499,- voor 2 dagen (incl. lunch, thee)	Stop met people Pleasen en wegcijferen (SMP): Ontdek jouw ruimte, waarde & kracht. Cijfer jij jezelf weg, moeite met grenzen stellen, bang teleur te stellen, voel jij je schuldig wanneer je voor jou kiest? Doorbreek jouw oude patronen, leer je grenzen voelen, bewaken liefdevol maar helder. Herstel de verbinding met jouw lijf, intuïtie en emoties, zodat jij weer kunt kiezen voor jezelf. Ontdek hoe je jouw behoeften serieus neemt zonder schuldgevoel. Ervaar rust, kracht, ruimte in jezelf.
12 Dec 2026 ZA € 99,- voor 1 dag (incl. lunch, thee)	LOVE = LIFE training (LIL): Bouw aan een levendige, passievol, verdiepende relatie. Heb gezonde relaties vanuit vertrouwen, groei, balans en volwassenheid. Herken jouw behoeften en hoe deze je liefde en patronen sturen. Doorbreekt dynamiek zoals terugtrekken, straffen, controleren en leer lief hebben zonder strijd, afhankelijkheid of angst

