

Kickstart Your Power!

Colourful
TRAINING & COACHING

Waarom Kickstart Your Power?

- Ben jij het zat om elk jaar vol goede voornemens te starten... en na een paar weken tóch weer terug te vallen?
- Voel je dat er méér in je zit en dat je het nog niet waarmaakt door stress, uitstelgedrag of gebrek aan focus?
- Wil je dit nieuwe jaar écht anders beginnen, met meer energie, kracht en discipline EN dit vasthouden en doorzetten?

Dan is deze *feel good* training voor jou! Voor iedereen die klaar is met uitstellen, je rot voelen, stress, negativiteit, chaos en halfbakken voornemens. Voor hen die een jaar willen waarin een positieve mindset, kracht, rust en groei de leiding neemt. Deze training is voor iedereen die klaar is met faalangst, uitstellen, stress, chaos en halfbakken voornemens. Na deze training sta JIJ aan het roer van je leven.

Wat ga je leren?

- Minder stress/ mentale ruis
- Meer energie, focus, daadkracht
- Voornemens omzetten in gewoonte
- Leven vanuit kracht, discipline

Diepe innerlijke reset om in beweging te komen
Je gaat weg met een concreet plan van aanpak
Stappen om het leven te krijgen wat JIJ wilt
Geniet van je 'reis' naar je doel EN van je leven!

Datum & Locatie

Zaterdag 31 januari 2026
Sportcampus Zuiderpark
Meester P. Droogleever Fortuynweg 22
2533 SR Den Haag

Prijs & tijd

Slechts € 99,- per persoon (investering is klein, resultaat/ ROI is groot!). Incl. lunch, water, thee en een snack
10.00-17.00 uur
Ik gebruik muziek voor energie en sfeer. Als je gevoelig bent voor geluid: neem dan a.u.b. oordopjes mee.

Missie

Met *Kickstart Your Power* breng ik mensen terug naar hun innerlijke kracht, met helderheid en leiderschap. Transformatie komt niet alleen door wilskracht, maar door o.a. bewustwording, kleine stapjes te zetten, een plan te hebben.

Interesse? Geef je op via Whats app.



Visie

Iedereen heeft een natuurlijke innerlijke kracht die met *Kickstart Your Power* naar boven komt. Dit gebeurt door bewust-wording en doorbreken van patronen, zodat je het leven gaat leiden dat jij VERDIENT en voor geboren bent. Monique Pahladsingh
06-54935098.
monique@ctcoaching.nl

CTC Event Kalender 2026 trainingen

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

