



Mijn naam is Leonie Besselink en ik ben in 2017 afgestudeerd als Oefentherapeut Cesar. De afgelopen jaren heb ik als oefentherapeut op verschillende plekken gewerkt en hierdoor heb ik al een hoop ervaring opgedaan in het brede werkveld van de oefentherapie.

Mijn passie ligt in de psychologie van gezondheid en bewegen. In de praktijk combineer ik het oefenen van optimaal bewegen dan ook met lichaamsbewuste-, ontspannings- en meditatieve oefeningen. Mijn wens is om zo veel mogelijk mensen in Nederland te helpen met het vinden van de balans tussen het lichaam en de emoties zodat iedereen met plezier kan bewegen en ontspannen.

Om mijn kennis te vergroten doe ik geregeld cursussen en bijscholingen. Zo heb ik sinds 2018 een (sport)massage diploma en maak ik gebruik van triggerpointtherapie. Ik ben vanaf 2019 slaapoefentherapeut voor volwassenen & kinderen. Daarnaast heb ik de basis cursus mindfulness doorlopen en een aanvullende cursus van mindfulness bij behandeling van chronische pijn gevolgd. De komende tijd ben ik naast Oefentherapeut ook weer aan het studeren in de richting gezondheidspsychologie. Leuk om studie en werk te combineren, want alles wat ik leer, kan ik vers van de pers gebruiken in de praktijk.

Heb je pijnklachten tijdens bewegen, chronische pijnklachten, problemen met de ademhaling, stress of angst klachten, een burn-out of slaapproblemen? Graag help ik je bij Oefentherapie van den Bos op de locatie Willemstad op maandag middag en avond.

Aangesloten bij:

VvOCM www.vvocm.nl

Slaapoefentherapie www.slaapoefentherapie.nl