



**DiaBalans**  
coaching en advies

# #IBIZA RETRAITE

## Reset je BV Ik na kanker

van 29 april t/m 3 mei 2025  
op het prachtige eiland Ibiza

VAN 29 APRIL  
T/M 3 MEI 2025  
PAK JIJ DE GRIP  
OP JE LEVEN  
WEER TERUG

### Ben jij de vrouw die geraakt is door kanker?

Wil je weer de regie pakken op je leven en loopbaan na alles wat je hebt moeten ondergaan? Hoe 'gewoon' is je leven nu de impact van kanker helder wordt voor je.

### Ga mee met ons!

Wij, Dianne en Andrea, nemen je mee in de prachtige natuur van Ibiza om met jou te werken aan een aantal thema's die kanker met zich meebrengt: *vermoeidheid, angst, zelfbeeld, zingeving, relaties en werk.*

### Waar op Ibiza?

Op een prachtige plek in het rustige noorden van Ibiza, de Morna Valley, hebben we een finca volledig tot onze beschikking. Can Pura is een finca inclusief zwembad, buiten zitjes en een heerlijke eettafel buiten.

Gastheer en healthy chef Adri bereidt dagelijks de lekkerste maaltijden voor ons. Good and healthy food dat met veel passie wordt klaargemaakt.



*"Ik ben er nog niet, maar ik ben verder dan ik gisteren was"*



*You are so welcome*



**DiaBalans**  
coaching en advies

# #IBIZA RETRAITE

## Reset je BV Ik na kanker

van 29 april t/m 3 mei 2025  
op het prachtige eiland Ibiza

“JE KUNT HET  
MAAR BETER  
LEUK HEBBEN  
MET HAAR WANT  
MET HAAR BEN JE  
HET LANGST”

### Wat kun je deze dagen van ons verwachten?

- Elke ochtend starten we de dag met bewustwording van body and mind, om de energie van jezelf en die van het eiland volop te laten stromen.
- Een ontbijt tijdens zonsopgang op het strand, na al een heerlijke vroege wandeling.
- Een trainingssessie met stretchoefeningen terwijl je uitkijkt op de mooie Morna Valley. Je start de dag soepel en energiek.
- Elke dag een mooie wandeling onder begeleiding van Andrea. Ontdek paden en plekjes die voor velen onbekend zijn. Wat uitdaging betreft houden we rekening met een ieders conditie.
- Als bonus een flow-movement-sessie met één van de leukste trainers van Ibiza.
- Dagelijks coaching van Dianne, zowel met de groep als individueel. Dianne is expert op het gebied van coaching bij en na kanker. Mede door haar eigen ervaring weet zij precies wat je doormaakt.
- Werken aan je persoonlijke doelen vanuit de 6 meest voorkomende thema's rondom kanker: vermoeidheid, angst, zelfbeeld, zingeving, relaties en werk.
- Elke dag vers en gezond eten, wat ook nog eens bizar lekker is. Voordeel is dat je zelf niet hoeft te koken!



**DiaBalans**  
coaching en advies

# #IBIZA RETRAITE

## Reset je BV Ik na kanker

van 29 april t/m 3 mei 2025  
op het prachtige eiland Ibiza

### Wie zijn wij?

Dianne Verkerk van DiaBalans is ervaringsdeskundige, HR-professional en coach voor het begeleiden van medewerkers die kanker hebben (gehad), op het zowel persoonlijk als ook op organisatieniveau

Meer informatie over Dianne vind je op [www.diabalans.nl](http://www.diabalans.nl).

*- Zoek verbinding met jezelf en onderhoud je eigen B.V. ik -*

Andrea Hofsté van FLOOWit is personal trainer, powerwalktrainer, recoveryruntrainer en wandelgids. Ze neemt je mee naar de mooiste plekken op Ibiza. Haar trainingen zijn een mix van kracht, conditie, stretching en ademhalingsoefeningen.

Meer informatie over Andrea vind je op [www.FLOOWit.nl](http://www.FLOOWit.nl).

*"Je lijf is je goud"*



DIANNE  
VERKERK



**DiaBalans**  
coaching en advies



ANDREA  
HOFSTE

**FLOOWit**  
BY ANDREA HOFSTE

# #IBIZA RETRAITE

## Reset je BV Ik na kanker

van 29 april t/m 3 mei 2025  
op het prachtige eiland Ibiza

### Praktische informatie

De prijs is € 1295,-. Voor zakelijk is dat excl. de btw.  
De vlucht is niet inbegrepen.

Wel inbegrepen zijn:

- Vervoer van en naar het vliegveld op Ibiza naar de locatie
- Verblijf, eten en drinken op Can Pura
- Alle activiteiten die worden georganiseerd
- Coaching door expert Dianne Verkerk
- Begeleiding door Andrea Hofsté
- Persoonlijk werkboek
- Heerlijke goodiebag

Er is plek voor 7 personen. Er zijn verder geen andere gasten en dus staat de accommodatie geheel tot onze beschikking.

Ook is dit een mooie beleving om samen te doen met iemand die je kent die ook geraakt is door kanker (nu of in het verleden).

En bedenkt dat hoe eerder je boekt, des te langer je kunt genieten van het vooruitzicht.

[Welkom@diabalans.nl](mailto:Welkom@diabalans.nl)  
[Andrea@floowit.nl](mailto:Andrea@floowit.nl)

