



Brigitte de Laat-Young

Zuid-Willemsvaart 173
5211 SG 's-Hertogenbosch

06-23824117
brigitte@b-young.nu

Persoonlijk

Geboren 1 januari 1974, getrouwd met Nick en moeder van Henrik (2004). Enthousiast marathonloper en co-auteur van het boek 'Beginnen met Winnen'.

Na jaren in het (internationale) bedrijfsleven werkzaam te zijn geweest als logistiek manager, begon ik in 2012 aan een cursus 'Voedingsdeskundige'. In eerste instantie om mijzelf te informeren over gezonde voeding. Maar na de eerste les wist ik al: hier wil ik 'iets' mee. Een jaar later opende ik mijn eigen praktijk als Voedingscoach en sindsdien heb ik al veel mensen mogen begeleiden naar een gezonde leefstijl. Focus ligt daarbij op het aanleren van nieuwe, gezonde (eet)gewoonten.

In mijn vrije tijd loop ik graag hard en op woensdagochtend ben ik buddy bij Running Blind (hardlopen voor blinden en slechtzienden), waar mijn passie voor hardlopen en coaching samenkomen.

Bij het Nationaal Jeugd Ontbijt houd ik mij bezig met de samenstelling van de aangeboden ontbijten. De nadruk ligt daarbij op verantwoord, afwisselend én lekker.

Daarnaast ben ik verantwoordelijk voor de logistiek, waarbij mijn eerder werkervaring prima van pas komt.

Opleidingen

2018: Specialisatie Sport & Voeding, Leefstijlwijzer Opleidingen

2014: Gewichtconsulent, NTI (BGN geaccrediteerd)

2012: Voedingsdeskundige, Civas/Kosmeo Health

Ervaring

2013 - Heden: Gewichtconsulent, B-Young Voedingscoach

Als BGN Gewichtconsulent begeleid ik mensen naar een gezond gewicht.

2014 - Heden: Buddy, Running Blind (vrijwilligerswerk)

Hardlopen mogelijk maken voor blinden en slechtzienden, door begeleiding tijdens trainingen en wedstrijden.

2001 - 2012: CombiTrack Europe
Logistiek/Office Manger,

2000
huwelijksreis door India, Thailand en Maleisië

1998 - 1999
Medewerker Back Office, FMN Duitsland, 's-Hertogenbosch

1997 - 1998
Archiefmedewerker, Alliance & Leicester, Leicester (England)

Winter 1994/1995 en 1995/1996
Skilerares, Skischule Garmisch Partenkirchen, Garmisch Partenkirchen
(Duitsland)