

## CV

### **Personalia**

Naam: Elsa Vermij

E-mail: [dietist@fysiopraktijkdemeer.nl](mailto:dietist@fysiopraktijkdemeer.nl)

### **Opleiding**

2023 Post-HBO Sportdiëtetiek, Hogeschool van Amsterdam.

2018-2023 Bachelor Voeding & Diëtetiek, Hogeschool van Amsterdam.

2011-2017 Havo, Geert Groote College Amsterdam.

### **Cursussen/certificeringen**

2021 Personal Trainer CPT, National Strength and Conditioning Association.

2021 Eerstehulpverlener EHV-A, Medic & Fire First Aid Europe.

### **Huidige Werkzaamheden**

Oktober 2023-heden personal trainer en groepstrainer bij studio Limitless.

April 2023-heden (sport)diëtist bij fysiopraktijk De Meer.

### **Werkervaring & stages**

November 2022-april 2023 diëtist voor diëtistenpraktijk Better.

September 2022-januari 2023 voedingsdeskundige bij AFC Ajax.

Februari 2022-juli 2022 onderzoek en review jeugdathleten voor Fysiomed Amsterdam.

September 2021-januari 2022 interventie 'Gezond vooruit' ontwikkeld voor organisatie Ouderen in de wijk.

Maart 2021-juli 2021 personal trainer en (jeugd)fitnessinstructrice bij Sport- en Fitnesscentrum Plezier.

Februari 2020-maart 2020 cursus 'Afvallen met een gezonde leefstijl' opgericht.

November 2019 cursus 'Gezonde voeding tijdens zwangerschap' opgericht.

### **Afstudeer Thesis**

#### Bachelor Voeding & Diëtetiek:

Review: Voedingsrichtlijnen voor jeugdathleten in de sportcategorie kracht, duur en esthetisch: de invloed van leeftijd, geslacht en fysieke activiteit op de voedingsbehoefte.

Praktische tool voor Voedingsadviesbureau Esther van Etten: beslisboom koolhydraatbehoefte jeugdathleten.