



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
09:30	BBB (1)	11:00	Pilates (1)	09:30	BBB (1)	09:30	Hatha Yoga (1)	18:00	Aquafit (3)
10:45	Start to BBB (1)	12:00	Aquafit (3)	10:30	Start to Gym (1)	10:30	Core/Stretch (1)	18:30	Just Boxing (1)
15:00	Aquafit (3)	18:00	Vinyasa Yoga (1)	18:00	Abdo/Booty (1)	18:00	BBB (1)	20:00	Indoor Cycling (2)
19:00	Club Power (1)	19:00	Core/Stretch (1)	19:00	Fatburner (1)	19:00	Zumba (1)		
20:00	Indoor Cycling (2)	20:00	Club Power (1)	20:00	Zumba (1)	20:00	Indoor Cycling (2)		
20:00	BBB (1)	20:00	Indoor Cycling (2)	20:00	Aquafit (3)	20:00	Club Power (1)		
20:00	Aquafit (3)	21:00	Abdo/Booty (1)	20:30	Indoor Cycling (2)	21:15	Aquabalance (3)		
21:00	Fatburner (1)			21:00	Aqua HIIT (3)				
21:00	Aquabalance (3)								

ZATERDAG		ZONDAG	
09:00	Vinyasa Flow Yoga (1)	09:30	HIIT (1)
09:30	Aquafit (3)	10:00	Indoor Cycling (2)
10:00	(Power) Pilates (1)	10:30	Zumba (1)
10:15	Aquafit (3)		
11:15	Total Body (1)		

TYPE LES

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua



PRAKTISCHE INFO

Tarieven	10-beurtenkaart: € 85,00 4 maanden geldig Of groepslesabonnement
Reserveren	Via de kiosk Per telefoon: 033394970 Online www.sportoase.be
Waar gaat de les door?	(1) Groepslessenzaal (2) Cycling zaal (3) Zwembad (4) Buiten
Sportoase	Sportoase Groot Schijn Ruggeveldlaan 488 2100 Deurne Tel. 033394970 info.grootschijn@sportoase.be
Periode	Dit uurrooster is van toepassing vanaf 12/09/2022.