

# Experience

**ONTDEK,  
GENIET &  
BELEEF!**

# days

**Zaterdag  
18 September**

**Doorlopend Health scan - Springkasteel**

**09u30 Small group training**

**10u00 Youth Fitness – Kick Fun  
Eendjesbad (RB)**

**11u00 Club Yoga - Ballonnenclown**

**11u15 Indoor Cycling**

**12u00 Bootcamp**

**13u00 Kinderdisco (RB)**

**14u00 Small group training –  
BBB**

**15u00 Youth Fitness – Fit & Shape**

**16u00 Pilates**

<https://www.sportoase.be/nl/groepslessen/aanbod-groepslessen>

Voor meer uitleg over de groepslessen!

Aangepast programma bij experience day

**Zondag  
19 September**

**Doorlopend Health Scan - Springkasteel**

**09u30 Small group training – Cycling  
Team**

**10u00 Youth Fitness – Yoga  
Eendjesbad (RB)**

**11u15 Indoor Cycling – Aquazumba  
– Just Boxing**

**Ballonnenclown**

**12u15 Zwangerschapszwemmen**

**13u00-17u00 Springplanken festijn + wiggle  
bridge**

**14u00 Zumba – Small group training**

**15u00 Step Booty – Youth fitness**

**16u00 HIIT**