



MAANDAG		DINSdag		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG		ZATERDAG		ZONDAG	
09:00	Hatha Yoga	09:00	TBW	08:45	TBW	09:00	La Blast	09:00	Figuur Training	10:00	BBB	10:00	Club Power
10:15	BBB	10:00	Fit Core	08:45	Aqua Fit	09:15	Aqua Senior	10:00	Pilates	10:15	Indoor Cycling	10:30	Aqua Fit
10:15	Aqua Senior	10:15	Aqua Fit	9u45	Back on Track*	10:15	Abdo BBB	11:15	Aquafit	11:15	Aqua Fit	14:00	Youth fitness
11:15	Aqua Senior	18:45	Aqua Fit	14:00	Youth Fitness	19:00	Indoor Cycling			14:00	Youth Fitness		
19:00	Club Power	19:00	Bodyshape	20:00	Pilates	19:00	BBB						
19:00	Indoor Cycling					20:00	Yin Yoga						
20:00	Pilates												

* Rug- en buikspierversterking in kader van preventie lage rugpijn onder deskundige leiding van REV kinesitherapeuten

Tarieven

10-beurtenkaart: € 95,00

4 maanden geldig

of groepslesabonnement in combinatie met fitness of zwembad

Reserveren

Via de kiosk of applicatie of <https://reserveer-online.sportoase.be/>

Per telefoon: 050 67 29 20 of Info.duinenwater@sportoase.be

Type les



Kracht (1u)

Conditie (1u)



Mix (1u)

Rugschool



Aqua (45 min)
Body & Mind (1u)

Sportoase Duinenwater

Duinenwater 43

8300 Knokke-Heist

Tel. 050/67.29.20

Dit uurrooster is van toepassing vanaf 06/06/2025