



MAANDAG		DINSdag		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
09:30	Pilates	09:30	Zumba	14:00	Youth Fitness	09:00	Aquasenior	12:30	Aquafit
11:15	Aquasenior	19:00	BBB	17:30	Zwangerschaps - zwemmen	19:00	Step/BBB	17:00	Youth Fitness
17:15	AquaYouth	19:30	FTP Cycling	19:00	Just Boxing	19:30	Indoor Cycling		
19:30	Indoor Cycling	20:00	Pilates	19:30	Indoor Cycling	19:15	Aquabalance		
19:15	Aquabalance			20:00	La Blast	20:15	Aquafit		
20:15	Aquafit					20:00	Pilates		
19:30	Bootcamp								
20:30	Yoga Vinyasa								

Praktische info

Tarieven

10-beurtenkaart: €75,00

4 maanden geldig

Of groepslesabonnement

Via de kiosk

Per telefoon: 089/ 22.00.10

Online www.sportoase.be

Reserveren

Sportoase Montaignehof

Montaignehof 1

3620 Lanaken

Tel. 089 22 00 10

Info.montaignehof@sportoase.be

Startdatum

19 oktober 2020

TYPE LES

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua

ZATERDAG		ZONDAG	
09:30	Running team	09:30	Indoor Cycling
10:30	Bootcamp	09:30	Zumba
		10:30	Yoga Hatha