



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
09:30	Senior fit (1)	19:00	Pilates (1)	08:30	Tabata (1)	09:30	Yoga (1)	09:30	BBB (1)
10:30	Yoga (1)	20:00	Fatburner BBB (1)	09:30	Pilates (1)	10:45	BBB (1)	12:00	Aquafit (3)
18:30	Just move and Dance (1)	19:00	Indoor Cycling (2)	15:00	Youth (5)	18:30	BBB (1)		
19:30	Total body workout (1)	20:15	Aquazumba (3)	17:00	Easy aquafit (3)	19:15	Indoor Cycling (2)		
19:00	Indoor Cycling (2)			18:30	Bootcamp (1)	19:30	Yoga (1)		
20:00	FTP-cycling (2)*			19:00	Indoor cycling (2)	20:30	Power (1)		
20:30	Yoga (1)			20:00	FTP-cycling (2)*				
				20:00	Zumba (1)				

**TYPE LES**

	Kracht (1hr)
	Conditie (1hr)
	Mix (1hr)
	Body & Mind (1hr)
	Aqua (45 min)



ZATERDAG		ZONDAG	
08:30	HIIT (1)	9:00	BBB (1)
09:30	Boxing (1)	10:00	Pilates (1)
10:30	Zumba (1)	11:15	Aquafit (3)

**PRAKTISCHE INFO**

Tarieven

10-beurtenkaart: € 85,00

4 maanden geldig

Of groepslesabonnement

Reserveren

Via de kiosk

Per telefoon: 051806900

 Online [www.sportoase.be](http://www.sportoase.be)

Waar gaat de les door?

(1) Groepslessenzaal

(2) Cycling zaal

(3) Zwembad

(4) Buiten

(5) Fitness

Sportoase

Sportoase Schiervelde Roeselare

Diksmuidsesteenweg 400 a

Tel. 051 80 69 00

[Info.schiervelde@sportoase.be](mailto:Info.schiervelde@sportoase.be)

Periode

Dit uurrooster is geldig vanaf

30/05/2022 Wijzigingen zijn

mogelijk.

