

Groepslessen volwassenen

programma 2022-2023

MAANDAG

09u00-10u00	Zumba Toning	Lesley	PZ 1
10u00-11u00	BBB	Lesley	PZ 1
11u00-12u00	Dansmix 55+	Anne	PZ 1
20u00-21u00	BBB	Lies	PZ 1
21u00-22u00	BBB	Lies	PZ 1

DINSDAG

19u00-20u00	BBB	Nancy	PZ 1
20u00-21u00	Stepaerobics	Kimberly	PZ 1
21u00-22u00	Fat Burner	Kimberly	PZ 1

NEW

WOENSDAG

09u00-10u00	Yogilates	Karolien	PZ 1
10u00-11u00	Yogilates	Karolien	PZ 1
11u00-12u00	Aerobics 50+	Anne	PZ 1
20u00-21u00	Rugtraining & Core Stability	Luna	PZ 1
21u00-22u00	Cardio Core work-out	Luna	PZ 1

NEW

NEW

DONDERDAG

19u00-20u00	Rugtraining & Core Stability	Michael	PZ 1
20u00-21u00	BBB	Lies	PZ 1
20u00-21u00	Animal Flow	Michael	PZ 2
21u00-22u00	BBB	Lies	PZ 1

VRIJDAG

09u00-10u00	Stepaerobics	Lesley	PZ 1
10u00-11u00	BBB	Lesley	PZ 1
10u00-11u00	GGym	Raphael	PZ 2

Welkom voor een gratis proefles!