



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
19:30	Pilates	15:15	Aquafit	10:00	Yoga	19:00	Club Power	19:30	Zumba
20:30	BBB	19:00	Indoor Cycling	11:00	Senior Fit	19:00	Fatburning Cycling	20:30	Zumba
		20:00	Indoor Cycling	12:00	Aquafit	20:00	Indoor Cycling		
		20:00	Club Power	19:00	BBB	20:00	Club Fit & Shape		
		20:00	Aquafit	20:00	LaBlast	20:30	Aquabalance		
		21:00	Aquafit			21:15	Aquabalance		

ZATERDAG		ZONDAG	
14:00	Zwangerschap zwemmen	10:00	Club Fit & Shape
		11:15	Aquazumba

TYPE LES

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua



PRAKTISCHE INFO

Tarieven	10-beurtenkaart: € 75,00 4 maanden geldig Of groepslesabonnement
Reserveren	Via de kiosk Per telefoon: 015 64 61 60 Online www.sportoase.be
Waar gaat de les door?	(1) Groepslessenzaal (2) Cycling zaal
Sportoase	Sportoase De Lo Lostraat 70A 2220 Heist-Op-Den -Berg Tel. 015 64 61 60 info.delo@sportoase.be
Periode	Dit uurrooster is van toepassing van 14/09/2020 t.e.m.