



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
18u30	Club Power (1)	12u15	Aqua Senior (3)	09u30	BBB (1)	19u30	BBB (1)	12u15	Aqua Senior (3)
19u30	Indoor Cycling (2)	19u00	Vinyasa Yoga (1)	10u30	Easy Fit (1)	20u00	Aqua Fit (3)	19u00	Zumba (1)
19u30	BBB (1)	19u00	Zwangerschapszwemmen (3)	18u30	BBB (1)	19u30	FTP Cycling (2)		
19u00	Aqua Fit (3)	19u00	FTP Cycling (2)	19u30	Club Power (1)	20u45	Yin Yoga (4)		
20u00	Aqua Fit (3)	20u00	Zumba (1)	19u30	Cycling (2)				
		20u10	Aqua balance (3)	20u00	AquaFit (3)				
		21u00	Cardio / BBB (1)	20u45	Aqua Balance (3)				

	Kracht
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua



ZATERDAG		ZONDAG	
11u00	HIIT Workout (1)	10u00	FTP Cycling (2)
12u15	Aqua Fit (3)	11u00	Club Power (1)

PRAKTISCHE INFO

Tarieven	10-beurtenkaart: € 85,00 4 maanden geldig of groepslesabonnement
Reserveren	via de kiosk per telefoon: 052/57.20.00 online www.sportoase.be Sportoase App (Iphone / Android)
Waar gaat de les door?	(1) Dans zaal (2) Cycling zaal (3) Zwembad (4) Gevechtssport zaal
Sportoase De Lijster	Lijsterstraat 01 1840 Londerzeel Tel. 052/57.20.00 info.delijster@sportoase.be
Periode	Dit uurrooster is van toepassing Vanaf 10/06/2024