



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
10u00	BBB (1)	12u00	Aqua Senior (3)	18u30	Pilates (1)	18u30	Club Dance (4)	12u00	Aqua Senior (3)
11u00	Easy Fit (1)	19u30	Zumba (4)	19u30	Power (1)	19u30	BBB (1)	19u00	Zumba (4)
18u30	BBB (1)	19u30	Aqua Balance (3)	19u45	AquaFit (3)	20u00	Aqua Jogging (3)		
20u00	Aqua Fit (3)	20u30	Fit & Shape (1)	20u30	Just box (1)	20u45	Cycling (2)		
19u45	Cycling (2)			20u45	Aquabalance (3)	20u45	Yin Yoga (1)		
20u45	Yoga Flow (1)								

TYPE LES

	Verstevigend
	Conditie
	Mix
	Body & Mind
	Aqua



ZATERDAG		ZONDAG	
10u00	HIIT workout (1)	10u00	Cycling (2)
10u45	Club Dance (4)	11u00	Power (1)
12u00	Aqua Fit (3)		

PRAKTISCHE INFO

Tarieven	10-beurtenkaart: € 75 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) judo zaal (2) Cycling zaal (3) Zwembad (4) Sporthal GLV
Sportoase	Sportoase De Lijster Lijsterstraat 01 1840 Londerzeel Tel. 052/57.20.00 info.delijster@sportoase.be
Periode	Dit uurrooster is van toepassing vanaf 09/06/2021