



MAANDAG		DINSDAG		WOENSDAG		DONDERDAG		VRIJDAG	
10:30	Yoga flow (1)	09:00	Easy fit (1)	17:00	Easy aquafit (3)	08:30	BBB (1)	08:45	Easy fit (1)
17:45	Tabata (1)	10:00	Indoor Cycling (2)	19:00	Jumpfit (trampoline) (1)	09:30	Yoga (1)	09:30	BBB (1)
19:00	Total body workout (1)	10:00	Yoga relax (1)	19:00	Indoor cycling (2)	19:00	Pilates (1)	09:45	Indoor cycling (2)
19:00	Indoor Cycling (2)	18:00	Fatburner/BBB (1)	20:00	Zumba (1)	19:00	Indoor cycling (2)	19:30	Pilates (1)
20:00	FTP-cycling (2)	19:00	Pilates (1)			20:00	FTP-cycling (2)		
20:00	Total body workout (1)	20:00	Boxing (1)			20:00	Fatburner BBB (1)		
20:30	Aquabalance (3)	20:15	Aquazumba (3)						
		21:00	Boxing (1)						

TYPE LES

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



ZATERDAG		ZONDAG	
10:30	Zumba (1)	9:00	BBB (1)
		10:00	Pilates (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

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

Periode

Dit uurrooster is geldig van 01/07/2024

t.e.m. 09/09/2024

Tabata op maandag wijzigt reeds vanaf maandag 17/06/2024

Wijzigingen zijn mogelijk.